OD MARZEŃ DO SUKCESU

Wsparcie potencjału zawodowego osób z niepełnosprawnością

MIERZ WYŻEJ, SIĘGAJ PO WIĘCEJ!



Od marzeń do sukcesu

Wsparcie potencjału zawodowego osób z niepełnosprawnością

Poradnik dla osób z niepełnosprawnościami poszukujących zatrudnienia opracowany w ramach projektu „Start kariery". Projekt współfinansowany z Państwowego Funduszu Rehabilitacji Osób Niepełnosprawnych

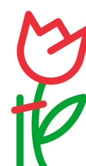
Wydawca: Fundacja Fuga Mundi
ul. Krochmalna 13/1, 20-401 Lublin
tel.+48 (81) 534 82 90, +48 739 908 427
e-mail: praca@ffm.pl
www.praca.ffm.pl

Redakcja: Anna Młocek

ISBN: 978-83-949691-7-2

Lublin 2023





Państwowy Fundusz Rehabilitacji Osób Niepełnosprawnych

Od marzeń do sukcesu

Wsparcie potencjału zawodowego osób z niepełnosprawnością

Poradnik dla osób z niepełnosprawnością poszukujących zatrudnienia opracowany w ramach projektu **„Start kariery".**
Projekt współfinansowany z Państwowego Funduszu Rehabilitacji Osób Niepełnosprawnych.

Wydawca: Fundacja Fuga Mundi
ul. Krochmalna 13/1, 20-401 Lublin
tel.+48 (81) 534 82 90, +48 534 032 029
e-mail: praca@ffm.pl
www.praca.ffm.pl

Redakcja: Anna Młocek

ISBN: 978-83-949691-7-2

Lublin 2023





Państwowy Fundusz Rehabilitacji Osób Niepełnosprawnych

Wprowadzenie

Drogi Czytelniku,

oddajemy w Twoje ręce poradnik dedykowany wszystkim tym, którzy pomimo wyzwań związanych z niepełnosprawnością wierzą w swoje marzenia i nieprzerwanie dążą do osiągnięcia sukcesu zawodowego. Osoby z niepełnosprawnością mają prawo do godnego życia i pełnienia aktywnej roli w społeczeństwie, w tym także w obszarze aktywności zawodowej w ramach rynku pracy. Niepełnosprawność nie powinna być przeszkodą na drodze do osiągnięcia sukcesu zawodowego.

W poradniku zawarliśmy praktyczne wskazówki i inspiracje, które pomogą pokonać trudności, jakie możesz napotkać na swojej drodze do zatrudnienia. Poznasz swoje uprawnienia wynikające z posiadania statusu osoby z niepełnosprawnością, a także inspirujące historie ludzi sukcesu. Wszystkie te informacje pomogą Ci zrozumieć, jak wykorzystać swoją wiedzę i umiejętności w działaniach związanych z aktywnością zawodową.

SPIS TREŚCI

Zasoby własne w rozwoju kariery zawodowej

W niniejszym rozdziale omówione zostaną kluczowe zagadnienia związane z etapami rozwoju zawodowego i znaczeniem pracy w życiu człowieka. Pokażemy, w jaki sposób należy wykorzystywać proces analizy SWOT w planowaniu swojej kariery zawodowej. Przeanalizowanie mocnych i słabych stron pozwala na poznanie swoich umiejętności i obszarów, nad którymi warto pracować. Następnie przejdziemy do zagadnień związanych z określaniem celów zawodowych, co z kolei umożliwia wyznaczanie kierunku rozwoju i realizację zawodowych ambicji. Przyjrzymy się różnym rodzajom celów, takim jak krótko- i długoterminowe, oraz wyjaśnimy, jak formułować cele SMART. Poruszymy również temat skutecznego poszukiwania pracy. Ostatnia część w podrozdziale pierwszym koncentruje się w całości na szczególnych wyzwaniach i możliwościach, jakie stoją przed absolwentami szkół wyższych na początku drogi zawodowej.

Znaczenie pracy w życiu człowieka

Piramida potrzeb Maslowa to teoria psychologiczna, która opisuje sekwencję ludzkich potrzeb. Zostały one hierarchicznie uporządkowane, począwszy od podstawowych potrzeb fizjologicznych, aż do bardziej zaawansowanych potrzeb uznania i samorealizacji. Aby pracownik mógł się rozwinąć zawodowo oraz awansować, ważne jest zapewnienie mu możliwości realizacji potrzeb niższego rzędu. Dopiero wówczas może stopniowo realizować potrzeby wyższego rzędu.



Potrzeby fizjologiczne:

Na najniższym poziomie znajdują się podstawowe potrzeby fizjologiczne, takie jak: jedzenie, picie, sen i inne podstawowe warunki utrzymania życia. W kontekście zawodowym pracownicy muszą mieć dostęp do wystarczającej pensji, stabilności zatrudnienia oraz warunków pracy, które zapewnią im zdrowie i bezpieczeństwo fizyczne. **Zapewnienie podstawowych potrzeb umożliwi realizację kolejnych**.

Potrzeby bezpieczeństwa:

Po zaspokojeniu potrzeb fizjologicznych ludzie dążą do osiągnięcia poczucia bezpieczeństwa i stabilności. W kontekście zawodowym pracownicy potrzebują pewności, że ich zatrudnienie jest stabilne, że są chronieni przed zwolnieniem czy innymi negatywnymi skutkami pracy zawodowej. Warto pamiętać, że na poczucie bezpieczeństwa wpływają takie elementy zatrudnienia, jak ubezpieczenie zdrowotne czy umowa gwarantująca odprawę w przypadku zwolnienia.

Potrzeby przynależności i miłości:

Na kolejnym poziomie znajdują się **potrzeby społeczne**, takie jak potrzeba przynależności do grupy, akceptacji, miłości i relacji interpersonalnych. W kontekście zawodowym oznacza to, że **ludzie pragną współpracować w przyjaznym i wspierającym środowisku pracy**. Tworzenie relacji z kolegami z pracy i przełożonymi może mieć istotny wpływ na zadowolenie pracownika i jego efektywność. Uznanie może być wyrażone poprzez pochwały, nagrody, awanse czy też po prostu w postaci akceptacji i wsparcia w miejscu pracy.

Potrzeby uznania i szacunku:

Następny poziom obejmuje potrzeby uznania, szacunku. W środowisku zawodowym **pracownicy dążą do tego, aby ich osiągnięcia zostały docenione; pragną awansów, uznania za wkład w rozwój firmy oraz oczekują szacunku ze strony kolegów i przełożonych**. Osoby z wysokim poczuciem własnej wartości są zazwyczaj bardziej pewne siebie, pozytywnie nastawione i bardziej skłonne do podejmowania wyzwań. Dążenie do zrealizowania omawianych potrzeb może wpływać na rozwijanie zdolności, podnoszenie kwalifikacji, podejmowanie wyzwań oraz decyzji, które są zgodne z osobistymi wartościami.

Potrzeby samorealizacji:

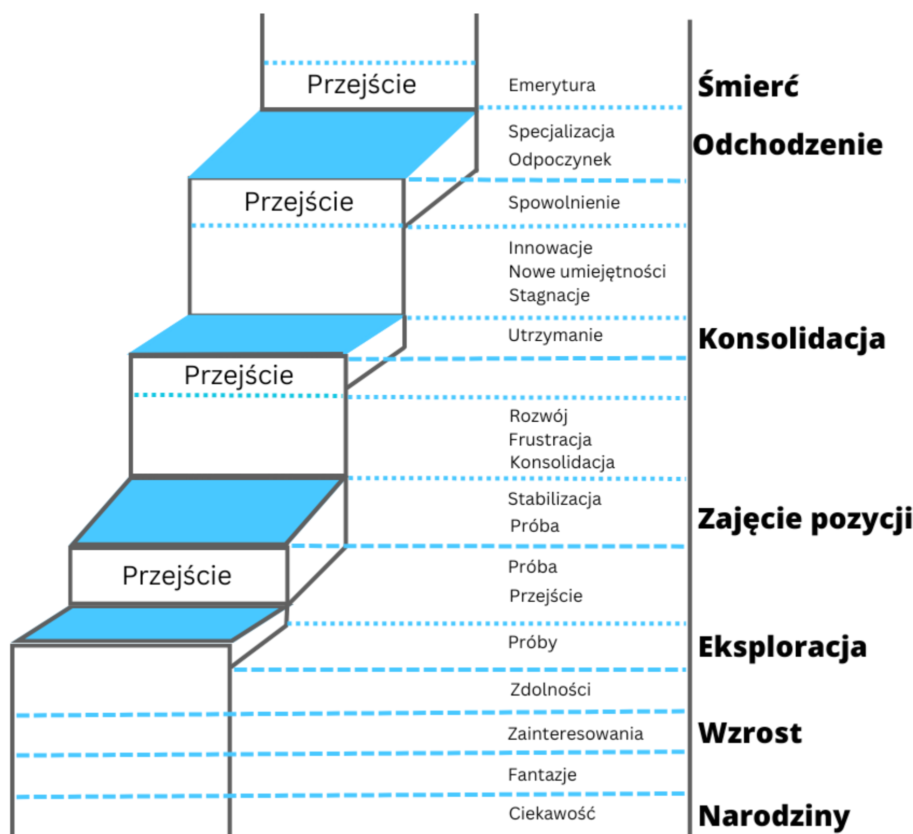
Na szczycie piramidy znajdują się potrzeby samorealizacji, czyli **dążenie do osiągnięcia pełnego potencjału, rozwijania umiejętności i realizowania pasji**. Pracownicy pragną wykonywać pracę, która jest zgodna z ich zainteresowaniami, umiejętnościami i wartościami. Chcą się rozwijać zawodowo i realizować coraz wyższe cele. Osiągnięcie tego poziomu może obejmować dążenie do zdobywania nowych umiejętności, awansu lub nawet wiązać się z rozpoczęciem kariery zawodowej w zupełnie nowej dziedzinie.



Piramida potrzeb Maslowa w kontekście zawodowym pomaga zrozumieć, że satysfakcja i efektywność w pracy są związane nie tylko z wynagrodzeniem, ale także z takimi aspektami jak: relacje społeczne, możliwość rozwoju osobistego i zawodowego oraz poczucie spełnienia poprzez pracę zawodową.



Teoria rozwoju zawodowego opracowana przez Donalda E. Supera jest jednym z kluczowych podejść, które pozwala zrozumieć, jak podejmować decyzje dotyczące ścieżki zawodowej i jak się rozwijać w swoich karierach.





Czas dzieciństwa (faza wzrostu): W tym okresie dzieci rozwijają swoje umiejętności, zainteresowania i preferencje, które mogą później wpłynąć na wybór kariery. Ważne jest, aby miały okazję do eksploracji różnych dziedzin i działań.

Stadium to cechuje się trzema podokresami:

1. Fantazji (4–10 rok życia) – dominujące znaczenie mają potrzeby, ważne jest odgrywanie ról w wyobraźni.
2. Zainteresowań (11–12 rok życia) – zainteresowania są podstawowymi wyznacznikami aspiracji i aktywności dziecka.

3. Zdolności (13–14 rok życia) – rośnie ich znaczenie i występuje potrzeba pracy wraz z treningiem.

↳ **Okres lat nastoletnich (faza eksploracji):** W tej fazie młodzież zaczyna rozważać różne możliwości zawodowe, eksperymentuje z różnymi rolami i zdobywa doświadczenia w różnych dziedzinach poprzez edukację, praktyki zawodowe itp. To etap, w którym kształtują się wstępne pomysły na przyszłą karierę.

Występują tutaj następujące podokresy:

1. Próbowania (15–17 rok życia) – dokonuje się próba wyboru zawodu na wspólnej bazie zainteresowań, zdolności, korzyści.
2. Przejściowy (18–21 rok życia) – rolę odgrywa tutaj ocena rzeczywistości; pojęcie własnego „ja" kształtuje się na podstawie pierwszych doświadczeń zdobywanych w trakcie nauki zawodu czy rozpoczynania pracy zawodowej.
3. Próby (22–24 rok życia) – w tym podokresie jednostka rozpoczyna pracę, którą wypróbowuje jako pracę stałą.

↳ **Okres młodości średniej (faza stabilności):** W tej fazie osoba osiąga pewną stabilność zawodową. Koncentruje się na zdobywaniu doświadczenia, rozwijaniu swoich umiejętności i osiąganiu sukcesów w wybranej dziedzinie.

Wyróżnione podokresy to:

1. Doświadczenie (25–30 rok życia) – jedna lub kilka zmian miejsc pracy, często niepowiązanych ze sobą zatrudnień.
2. Stabilizacja (31–44 rok życia) – zabezpieczanie swojego miejsca w świecie pracy; dla większości osób są to lata twórcze.

↳ **Okres dojrzałości zawodowej (faza konsolidacji):** W tej fazie zdobyte doświadczenie i kompetencje przyczyniają się do osiągnięcia pozycji lidera lub autorytetu w danej dziedzinie. Osoba może również angażować się w mentorowanie innych.

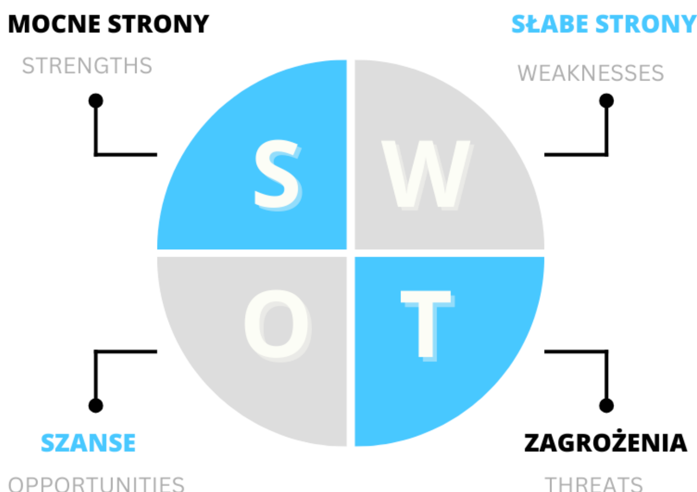
↳ **Okres schyłkowy kariery (faza wycofania):** W końcowej fazie kariery osoba może skupiać się na przekazywaniu wiedzy i doświadczenia młodszym pokoleniom oraz przygotowywaniu się do emerytury.



Ważnym aspektem **teorii rozwoju zawodowego** jest akcentowanie zmian i adaptacji w trakcie całego życia zawodowego. Rozwój kariery to proces, który ewoluuje wraz z doświadczeniem, zmieniającymi się wartościami i okolicznościami życia.

Analiza mocnych i słabych stron, jak również identyfikacja obszarów rozwoju stają się nieodzownym elementem skutecznego planowania kariery zawodowej.

Jedną z podstaw teoretycznych wykorzystywanych w procesie planowania kariery zawodowej jest proces **analizy SWOT**.



Analiza SWOT może być stosowana w różnych kontekstach – od biznesowych, po indywidualne plany kariery. Pomaga w kompleksowym spojrzeniu na sytuację i wyznaczeniu właściwych kierunków działania.

Przeanalizuj swoją sytuację zawodową, korzystając z analizy SWOT. Ułóż informacje w formie macierzy, która pozwala na porównanie wszystkich czterech elementów.



Elementy analizy SWOT:



Mocne strony: To wewnętrzne cechy, umiejętności, aktywa i zasoby, które sprzyjają osiągnięciu celu lub sukcesu. W analizie SWOT identyfikacja mocnych stron pomaga wykorzystać istniejące atuty do maksymalizacji korzyści. Atuty mogą obejmować np.:

- wykształcenie,
- doświadczenie zawodowe,
- asertywność i pewność siebie,
- znajomość języków.



Słabe strony: Są to wewnętrzne ograniczenia, braki w umiejętnościach, zasobach czy infrastrukturze, które mogą stanowić przeszkodę w osiągnięciu celu. Analiza słabych stron pozwala na identyfikację obszarów, które wymagają poprawy lub rozwoju. Może do nich należeć np.:

- brak prawa jazdy,
- brak znajomości obsługi komputera,
- mała odporność na stres,
- niska samoocena.



Szanse: To zewnętrzne czynniki i okoliczności, które mogą być wykorzystane do osiągnięcia celu lub zwiększenia efektywności. Szanse stanowią potencjalne źródło wzrostu lub innowacji. Możemy wśród nich wymienić np.:

- duże zapotrzebowanie na rynku,
- dostępne szkolenia zawodowe,
- uzyskanie stabilnego zatrudnienia w oparciu o umowę o pracę / umowę-zlecenie,
- dobre opinie na forach internetowych na temat pracodawcy.



Zagrożenia: Są to zewnętrzne czynniki, które mogą negatywnie wpłynąć na osiągnięcie celu lub działalność. Zagrożenia obejmują sytuacje i czynniki, które mogą wymagać zabezpieczenia się lub dostosowania strategii. Zaliczymy do nich np.:

- ewentualnych konkurentów,
- niepewną sytuację związaną z kryzysem ekonomicznym,
- pogorszenie się stanu zdrowia,
- trudność w utrzymaniu zatrudnienia ze względu na nową branżę.



Na podstawie wyników **analizy SWOT** możesz skupić się na wykorzystaniu swoich mocnych stron i szans oraz pracować nad eliminacją słabości i unikaniem zagrożeń.

Jak wyznaczać cele zawodowe

Określenie celów zawodowych jest kluczowym krokiem w planowaniu i budowaniu kariery zawodowej. Wiele osób nie planuje swojej kariery i nie wyznacza sobie konkretnych celów zawodowych. **Badania dowodzą, że osoby, które spisują swoje cele, osiągają znacznie więcej**.

Cele zawodowe można skutecznie wyznaczać, korzystając z podejścia **SMART**.

METODA WYZNACZANIA
CELÓW ZAWODOWYCH



SMART to skrót od konkretnych angielskich słów: **Specific** (Konkretny), **Measurable** (Mierzalny), **Achievable** (Osiągalny), **Relevant** (Związany z rzeczywistością) oraz **Time-bound** (Określony czasowo).

Wyznaczaj cele zawodowe, korzystając z podejścia S-M-A-R-T!

- **S – Sprecyzowany (Specific):** Wybierz cel, który jest jasno określony i precyzyjny. Unikaj ogólników i niekonkretnych sformułowań. Odpowiedz na pytanie: Co dokładnie chcesz osiągnąć?
- **M – Mierzalny (Measurable):** Cel powinien być możliwy do pomiaru. Musisz określić konkretne kryteria lub wskaźniki, które pozwolą Ci ocenić, czy cel został osiągnięty. Odpowiedz na pytanie: Jak będziesz wiedział(a), że osiągnąłeś(-łaś) swój cel?
- **A – Osiągalny (Achievable):** Upewnij się, że Twój cel jest realistyczny i osiągalny w świetle dostępnych zasobów, umiejętności i okoliczności. Cel zbyt ambitny może być demotywujący, a cel zbyt łatwy nie jest dla Ciebie wyzwaniem. Odpowiedz na pytanie: Czy jestem w stanie osiągnąć ten cel przy dostępnych zasobach?
- **R – Realny (Relevant):** Cel powinien być zgodny z Twoimi wartościami, aspiracjami i planami kariery. Musi mieć sens w kontekście tego, co chcesz osiągnąć zawodowo. Odpowiedz na pytanie: Czy osiągnięcie tego celu jest zgodne z moimi wartościami i długoterminowymi celami?
- **T – Określony czasowo (Time-bound):** Wyznacz konkretne terminy, w których chcesz osiągnąć swój cel. Ramy czasowe pomogą Ci zachować dyscyplinę i skoncentrować się na osiągnięciu celu w określonym czasie. Odpowiedz na pytanie: Kiedy dokładnie chcę osiągnąć ten cel?



Wyznaczaj cele zawodowe, które są dobrze zdefiniowane i osiągalne. W ten sposób możesz skutecznie planować i realizować cele związane z Twoją drogą kariery zawodowej.

PRZYKŁAD: Analiza SWOT klienta planującego podjęcie zatrudnienia na stanowisku telepracownika.

Charakterystyka Klienta:

Piotr ma 21 lat, mieszka w małej miejscowości oddalonej od Krakowa o 15 kilometrów. Klient posiada wykształcenie policealne w zawodzie technik administracji. Ze względu na problemy ze zdrowiem i częste pobyty w szpitalu nie zdał matury. Nie posiada doświadczenia zawodowego, jego hobby jest pisanie tekstów wierszy, piosenek. Zna i obsługuje pakiet MS Offfice i komputer. Klient jest osobą komunikatywną, otwartą, zmotywowaną. Wyniki testów psychologicznych wskazują na emocjonalną stabilność i zdolność radzenia sobie ze stresem, a także sumienność. Piotr ma dobre relacje rodzinne, otrzymuje duże wsparcie ze strony rodziców i rodzeństwa. Jego jedyny dochód stanowi renta socjalna. Jego warunki bytowo-mieszkaniowe są bardzo dobre.

Opis schorzenia w indywidualnym kontekście Klienta:

Piotr posiada orzeczenie o niepełnosprawności w stopniu umiarkowanym, niepełnosprawność istnieje od urodzenia. Orzeczenie zostało wydane ze względu na choroby układu krążeniowo--oddechowego oraz neurologiczne. Po drugiej operacji serca u Piotra nastąpił niedowład lewokończynowy, ale jest w stanie chwytać przedmioty, przytrzymać je, obracać ręką. Poza tym jest osobą praworęczną, więc sprawnie się porusza i samodzielnie wykonuje większość czynności związanych z samoobsługą.

Motywy chęci podjęcia aktywności zawodowej:

Piotr pragnie osiągnąć niezależność finansową i samodzielność. Jest świadomy, że poprzez podjęcie pracy będzie mógł zaspokajać swoje potrzeby materialne, polepszyć swoją sytuację życiową oraz uniezależnić się od pomocy z zewnątrz. Dodatkowo zdaje sobie sprawę, że praca może wpływać na jego samopoczucie i poczucie wartości. Dążenie do aktywności zawodowej jest dla niego szansą na rozwijanie swoich umiejętności, zdobywanie nowych doświadczeń i osiąganie sukcesów zawodowych.

Ograniczenia sytuacyjne:	Sytuację zawodową ogranicza miejscowość, w której mieszka Piotr. To zdecydowanie zawęża dostępność ofert pracy. Ponadto Klient nie posiada prawa jazdy, więc dotarcie do miejsca pracy jest ograniczone czasem kursowania autobusów. Dojazd komunikacją podmiejską może stanowić wyzwanie przy chorobach serca, zwłaszcza latem. Sytuacja zawodowa jest trudna ze względu na niskie kwalifikacje (brak matury) i brak doświadczenia zawodowego.
Proponowane stanowisko:	Telepracownik /pracownik centrum obsługi telefonicznej (praca zdalna).

	CZYNNIKI POZYTYWNE	CZYNNIKI NEGATYWNE
CZYNNIKI WEWNĘTRZNE	**Silne strony-S**	**Słabe strony-W**
	• komunikatywność, łatwość nawiązywania kontaktu; • wysoka kultura osobista; • cierpliwość; • wykształcenie w zawodzie technika administracji; • wysoka motywacja do pracy na stanowisku pracownika centrum obsługi telefonicznej;	• brak wcześniejszego doświadczenia w pracy na stanowisku pracownika centrum obsługi telefonicznej; • mała asertywność;
CZYNNIKI ZEWNĘTRZNE	**Szanse-O**	**Zagrożenia-T**
	• pracodawca zna charakter zatrudnienia osób z niepełnosprawnością, jest osobą współpracującą; • zadania i wymagania na stanowisku spełniają oczekiwania kandydata; • ma on możliwość zdobycia pierwszego doświadczenia zawodowego; • praca w domowym zaciszu pozwala zmniejszyć hałas i sprzyja spokojniejszym rozmowom telefonicznym; • firma jest polecana przez innych pracowników, na forach internetowych widnieją dobre opinie nt. pracodawcy;	• stanowisko wymaga umiejętności pracy pod presją czasu; • współpraca z klientami, którzy nie zawsze są mili i wyrozumiali, może powodować brak chęci do podejmowania kolejnych rozmów; • realizacja zadań wymaga bardzo dobrej organizacji pracy własnej.

PODSUMOWANIE: Analiza przedstawionych czynników pozytywnych wskazuje, że Klient dysponuje silnymi podstawami do utrzymania zatrudnienia na stanowisku telepracownika w centrum obsługi telefonicznej. Komunikatywność i umiejętność nawiązywania kontaktów są niezwykle cennymi aktywami w pracy opartej na obsłudze telefonicznej, umożliwiającymi efektywną interakcję z klientami. Wysoka kultura osobista stanowi fundament niezbędny do budowania pozytywnych relacji, a cierpliwość pomaga w słuchaniu i zrozumieniu potrzeb klientów.

Pracodawca, który rozumie specyfikę zatrudniania osób z niepełnosprawnością, tworzy przyjazne otoczenie. Dodatkowo możliwość zdobycia pierwszego doświadczenia zawodowego staje się solidną podstawą dla przyszłego rozwoju kariery.

Praca w warunkach domowych pozwala na skoncentrowanie się na rozmowach telefonicznych, co przekłada się na jakość obsługi klienta. Dobre opinie innych pracowników o firmie oraz pozytywne oceny na forach internetowych podnoszą wiarygodność pracodawcy jako twórcy przyjaznego miejsca pracy.

Wszystkie te czynniki łączą się, tworząc potencjalną receptę na długotrwałe zatrudnienie. Warto jednak zaznaczyć, że **sukces w pracy to proces ciągły**. Dlatego ważne jest, aby Klient nadal rozwijał swoje umiejętności, dbał o efektywne zarządzanie czasem w warunkach telepracy oraz budował i podtrzymywał pozytywne relacje z klientami i współpracownikami.



Przykład dobrze zaplanowanego celu SMART:

Zależy mi na rozwoju zawodowym, dlatego w ciągu 12 miesięcy ukończę kurs programowania, aby zdobyć umiejętności potrzebne do zmiany kierunku kariery i podjęcia pracy jako programista.

Skuteczne metody poszukiwania zatrudnienia

Poszukiwanie zatrudnienia może być wyzwaniem, ale istnieje wiele skutecznych metod, które pomogą Ci znaleźć odpowiednią pracę. Pamiętaj, że proces poszukiwania pracy może trwać przez pewien czas. Ważne jest, aby być cierpliwym, systematycznie działać i dostosowywać swoje podejście w miarę zdobywania nowych doświadczeń i informacji.

ABC poszukiwania pracy:

AKTYWNOŚĆ: Bądź aktywny, nie czekaj, aż praca sama Cię znajdzie. Wykorzystuj wszelkie dostępne możliwości.

BEZPOŚREDNIOŚĆ: Najefektywniejsze w poszukiwaniu pracy są kontakty bezpośrednie. Szukaj ofert pracy, pytając znajomych. Odwiedzaj osobiście urzędy pracy, oraz firmy i zostawiaj w nich swoje CV.

CIERPLIWOŚĆ: Nawet po wykonaniu kroków A i B podjęcie pracy może okazać się procesem długotrwałym. Nie zniechęcaj się, do celu często dochodzimy małymi krokami.

Poniżej prezentujemy kilka metod szukania pracy, które warto rozważyć.



Agencje zatrudnienia i organizacje non profit: Wiele agencji zatrudnienia specjalizuje się w poszukiwaniu pracy dla osób z niepełnosprawnością. Współpraca z takimi instytucjami **zapewnia dostęp do ofert dostosowanych do indywidualnych umiejętności i potrzeb**. Rejestr agencji zatrudnienia prowadzony jest przez marszałków województw i publikowany w Internecie na stronie: http://stor.praca.gov.pl/portal/#/kraz. Rejestr ten jest ogólnodostępny i służy do weryfikacji podmiotów posiadających status agencji zatrudnienia.

W szczególny sposób zapraszamy do agencji zatrudnienia prowadzonej przez Fundację Fuga Mundi, zlokalizowanej w Lublinie, przy ul. Krochmalnej 13/1. Znajdziesz tam wiele ofert pracy, staży, a dzięki specjalistom podejmiesz pracę odpowiednią do Twoich kompetencji. Właściwy dobór oferty pracy jest kluczowym elementem gwarantującym długotrwałe zatrudnienie.

Internet: Portale z ofertami pracy, takie jak olx.pl, pracuj.pl, oferty.praca.gov.pl, jober.pl, aplikuj.pl, praca.pl, infopraca.pl, gowork.pl, jobs.pl, to cenne źródła ogłoszeń. Pracodawcy wykorzystują te portale do sprawnego znajdowania osób o odpowiednich kwalifikacjach. Wykorzystaj filtry wyszukiwania, aby znaleźć oferty, które pasują do Twoich umiejętności. Wybierz lokalizację, w której chciałbyś pracować. Weź pod uwagę oferowane wynagrodzenie i inne czynniki istotne dla Ciebie. Pamiętaj, aby dokładnie przeczytać opisy ofert, wymagania i obowiązki na danym stanowisku, a przed wysłaniem aplikacji upewnij się, że spełniasz większość oczekiwań zawartych w ogłoszeniu.

Sieci kontaktów: Wykorzystaj swoje kontakty zawodowe, znajomości i relacje, aby dowiedzieć się o potencjalnych ofertach pracy. Często informacje o wakatach krążą w wewnętrznym obiegu wśród ludzi. Upewnij się, że Twoje CV, profil na LinkedIn oraz inne profesjonalne profile na portalach społecznościowych są aktualne i kompleksowe. To, jak się prezentujesz online, ma duże znaczenie podczas budowania relacji zawodowych. Bądź otwarty na pomoc, kiedy Twoi znajomi proponują Ci wsparcie. Może to oznaczać rekomendacje, informacje o dostępnych stanowiskach lub nawet wstępne rozmowy z pracodawcami.

Targi pracy i wydarzenia branżowe: Targi pracy, seminaria branżowe i spotkania networkingowe mogą być doskonałą okazją do nawiązania kontaktów, zdobycia informacji o dostępnych ofertach oraz przedstawienia się potencjalnym pracodawcom. Podczas takich spotkań staraj się budować autentyczne relacje. Angażuj się w rozmowy, dziel się swoją wiedzą i doświadczeniem, pomagaj innym. Informacje o organizowanych targach pracy pojawiają się na stronach internetowych urzędów miast. Śledź strony oraz media społecznościowe miejscowości, w których mieszkasz, np. lublin.eu, erzeszow.pl, um.warszawa.pl.

Specjalistyczne projekty i inicjatywy: Istnieją specjalne projekty i inicjatywy wspierające osoby z niepełnosprawnością w znalezieniu pracy. Dzięki nim można uzyskać dostęp do dedykowanych szkoleń czy staży. W szczególny sposób powinieneś śledzić stronę pfron.org.pl, gdzie w zakładce „organizacje pozarządowe" → „zadania zlecane" znajdziesz informacje o projektach i konkursach realizowanych przez organizacje pozarządowe. W listach rankingowych sprawdzisz, gdzie najbliżej Twojego miejsca zamieszkania realizowane są projekty ukierunkowane na aktywizację zawodową osób z niepełnosprawnością. Biorąc udział w projekcie, zyskasz pomoc w zakresie pośrednictwa pracy, doradztwa zawodowego, wsparcia w postaci staży czy szkoleń podnoszących kwalifikacje.

Bezpośrednia aplikacja: Jeśli znasz firmę, która Cię interesuje, możesz bezpośrednio aplikować na dostępne stanowiska, nawet jeśli firma nie prowadzi aktualnie naboru pracowników. Czasami pracodawcy są zainteresowani rekrutowaniem osób o specjalistycznych umiejętnościach, nawet jeśli nie ogłosili jeszcze oferty. Przygotuj podanie o przyjęcie do interesującej Cię firmy. W podaniu odnieś się do jej działalności, co pomoże zwrócić uwagę pracodawcy. Wspomnij, dlaczego chciałbyś pracować właśnie dla tej firmy i w jaki sposób Twoje umiejętności mogą się przyczynić do jej sukcesu. Uwzględnij informacje o tym, dlaczego jesteś zainteresowany danym stanowiskiem, w jakim stopniu Twoje umiejętności odpowiadają wymaganiom pracodawcy, i dlaczego uważasz, że bycie częścią tego zespołu to dobry krok.

Jednym z gwarantów powodzenia i wyłonienia Cię spośród innych kandydatów jest przygotowanie interesującego i profesjonalnego CV oraz listu motywacyjnego.

Specyfika rozwoju kariery zawodowej absolwentów z niepełnosprawnością

Jeśli jesteś studentem, któremu towarzyszy niepełnosprawność, możesz liczyć na dodatkowe wsparcie zarówno ze strony uczelni, jak i państwa. Poniżej sprawdzisz, jakie możliwości w tym zakresie czekają na Ciebie. Korzystaj z dostępnych źródeł pomocy, by ułatwić start swojej kariery zawodowej.



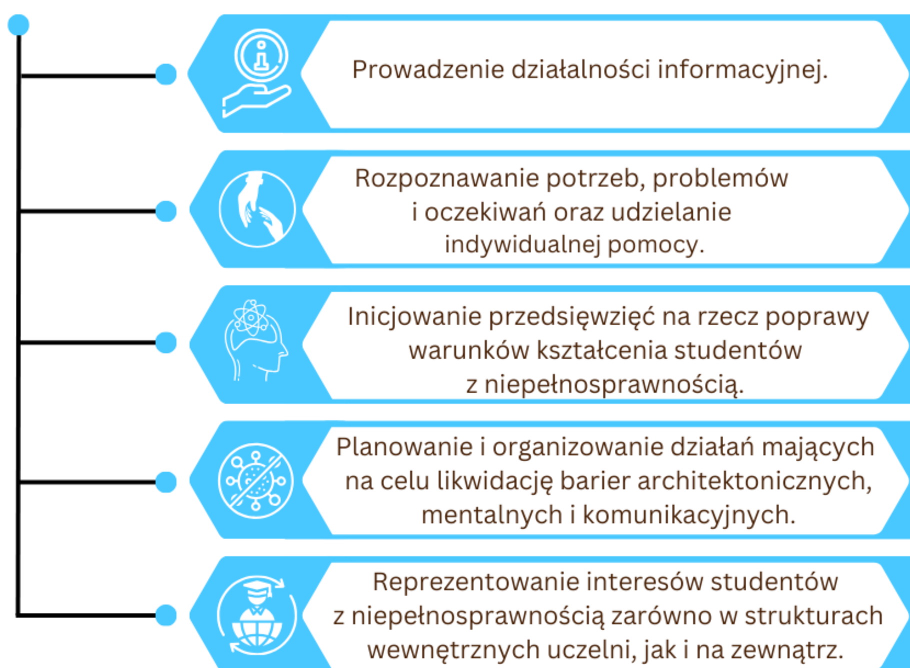
WSPARCIE ZE STRONY UCZELNI



Biura ds. osób z niepełnosprawnością

Większość uczelni dysponuje strukturami, które odpowiadają za reprezentowanie studentów i absolwentów. Są to biura ds. osób z niepełnosprawnością z pełnomocnikiem rektora ds. osób niepełnosprawnych na czele.

Zadania biur ds. osób z niepełnosprawnością:



Tego rodzaju wsparcie daje możliwość niwelowania różnego rodzaju barier i zwiększania dostępności dla studentów z niepełnosprawnością.

Biura karier odgrywają istotną rolę w środowisku akademickim, ponieważ pełnią wiele funkcji, które korzystnie wpływają na studentów, absolwentów, pracodawców oraz samą uczelnię. Ich znaczenie jest szczególnie istotne w działaniu dzisiejszego konkurencyjnego rynku edukacyjnego.

- ✓ **Po pierwsze** biura karier stanowią ważne wsparcie dla studentów i absolwentów. Dzięki nim mogą oni uzyskać cenne informacje i pomoc w kształtowaniu swojej ścieżki zawodowej. Biura te oferują poradnictwo zawodowe, pomagają w przygotowaniu dokumentów aplikacyjnych, a także organizują różnego rodzaju warsztaty i szkolenia, które pomagają rozwijać umiejętności poszukiwane przez pracodawców.
- ✓ **Po drugie** biura karier stanowią łącznik między uczelnią a rynkiem pracy. Dzięki nim uczelnie mają możliwość zbierania danych dotyczących losów zawodowych swoich absolwentów. Informacje te mogą być wykorzystane do doskonalenia programów nauczania i dostosowywania ich do aktualnych potrzeb pracodawców. Pozwala to na podnoszenie standardów kształcenia i przygotowanie studentów do realnych wyzwań zawodowych.
- ✓ **Dodatkowo** biura karier odgrywają kluczową rolę w promocji uczelni. Potencjalni studenci coraz częściej wybierają uczelnię, biorąc pod uwagę nie tylko jakość kształcenia, ale także wsparcie w znalezieniu pracy po studiach. Uczelnie, które posiadają rozbudowane biura karier, mają większą szansę na przyciągnięcie nowych studentów, ponieważ mogą zapewnić absolwentom wsparcie na drodze do kariery zawodowej.

Biuro karier może zaoferować:

- Doradztwo zawodowe, zarówno w formie grupowej, jak i indywidualnej; pozwala ono na określenie predyspozycji zawodowych studentów i absolwentów.
- Pomoc w opracowaniu dokumentów aplikacyjnych oraz przygotowaniu do rozmów kwalifikacyjnych.
- Organizowanie targów pracy, konferencji i seminariów, w których uczestniczą pracodawcy, studenci oraz absolwenci; dzięki temu powstaje platforma do nawiązywania kontaktów zawodowych.
- Pośrednictwo pracy, które obejmuje nawiązywanie kontaktów z pracodawcami oraz pośredniczenie pomiędzy nimi a potencjalnymi kandydatami do pracy wyłonionymi spośród studentów.

Przydatny link:

https://biura-karier.pracaikariera.pl/s/2262/55056-Biura-karier.htm?woj=3



Dodatkowe wsparcie finansowe z uczelni oraz dla studentów

Studenci z niepełnosprawnością mogą korzystać z prawa do pomocy materialnej zgodnie z ustawą z dn. 20 lipca 2018 roku. Prawo o szkolnictwie wyższym i nauce (Dz.U. 2018, poz. 1668).

Poniżej prezentujemy świadczenia, które możesz uzyskać:





AIESEC – MIĘDZYNARODOWA ORGANIZACJA ZRZESZAJĄCA STUDENTÓW

AIESEC (Association Internationale des Étudiants en Sciences Économiques et Commerciales) to międzynarodowa organizacja studencka, która **skupia się na rozwoju liderów i promowaniu wymiany międzynarodowej wśród młodych ludzi**. Założona w 1948 roku, AIESEC ma siedzibę w Rotterdamie, w Holandii, i jest obecna w ponad 127 krajach na całym świecie.

Organizacja jest znana głównie z programów wymiany, które dają studentom i młodym absolwentom szansę zdobycia doświadczenia zawodowego i osobistego za granicą. Główne cele organizacji to rozwijanie umiejętności liderowania, kształtowanie wrażliwości kulturowej oraz promowanie zrozumienia międzynarodowego. AIESEC wierzy, że cele te mogą pomóc w budowaniu pokoju i zrozumienia międzynarodowego poprzez wspieranie współpracy między młodymi ludźmi z różnych kultur.

Przydatny link:
https://aiesec.pl/



AKTYWNOŚĆ WŁASNA, BUDOWANIE DOŚWIADCZENIA ZAWODOWEGO

Wyższe wykształcenie jest bardzo cenne z perspektywy pracodawców, jednak niewystarczające, szczególnie przy tak dużej konkurencji. Według statystyk pracodawcy rzadziej decydują się na zatrudnienie osób nieposiadających żadnego doświadczenia zawodowego.

Ważnym elementem podczas studiowania jest rozwijanie swoich umiejętności zawodowych poprzez odbywanie praktyk, staży czy pracę w ramach wolontariatu. Te trzy podstawowe formy zdobywania doświadczenia zawodowego są kluczowe, ponieważ dają szansę na zatrudnienie nawet na stałe.

Każda z form aktywności zawodowej czy społecznej w czasie studiów jest pozytywnie odbierana przez pracodawcę.



WSPARCIE ZE STRONY PAŃSTWOWEGO FUNDUSZU REHABILITACJI OSÓB NIEPEŁNOSPRAWNYCH

Organizacje pozarządowe prowadzą specjalne projekty wsparcia dla osób z niepełnosprawnością. W ramach realizowanych projektów możliwe jest:
- bezpłatne podniesienie swoich kwalifikacji,
- określenie przy współpracy z doradcą zawodowym swoich preferencji zawodowych,
- znalezienie wymarzonej pracy.

Każdy uczestnik spełniający kryteria może skorzystać z pomocy w trakcie poszukiwania zatrudnienia. W realizowanych projektach mogą wziąć udział:
- wszystkie osoby pozostające bez zatrudnienia,
- osoby posiadające orzeczenie o niepełnosprawności,
- pełnoletnie osoby w wieku aktywności zawodowej.

W zależności od tego, jakiego rodzaju wsparcie przewiduje dany projekt, organizacje oferują m.in.:
- konsultacje ze specjalistami (prawnik, psycholog, doradca zawodowy),
- warsztaty aktywizacji zawodowej,
- szkolenia zawodowe,

- staże zawodowe,
- pośrednictwo pracy,
- zatrudnienie wspomagane.

Od 2017 roku **Fundacja Fuga Mundi** realizuje projekty z pilotażowego programu „Absolwent" finansowanego z Państwowego Funduszu Rehabilitacji Osób Niepełnosprawnych. Dotychczas ze wsparcia skorzystało 340 osób, wśród nich 190 zostało przeszkolonych, a co najmniej 151 znalazło stałe zatrudnienie.

Państwowy Fundusz Rehabilitacji Osób Niepełnosprawnych w sposób szczególny pomaga studentom z niepełnosprawnością. W ramach programu „Aktywny samorząd" możesz uzyskać dofinansowanie do kosztów kształcenia.

Kwota dofinansowania kosztów semestru/półrocza nauki wynosi:

- do 1100 zł – dla wnioskodawców pobierających naukę w szkole policealnej lub kolegium,
- do 1650 zł dla pozostałych wnioskodawców,
- do 4400 zł dodatku na uiszczenie opłaty za przeprowadzenie przewodu doktorskiego.

Wnioski o przyznanie dofinansowania są rejestrowane przez Internet w Systemie Obsługi Wsparcia (SOW): https://portal-sow.pfron.org.pl/opencms/export/sites/pfron-sow/sow/

Informacje o innych działaniach prowadzonych w ramach programu „Aktywny samorząd" przedstawimy w kolejnym rozdziale.

Mapa wybranych instytucji prowadzących działalność na rzecz społeczności lokalnej w zakresie reintegracji społecznej i zawodowej

Podjęcie pracy przez osobę z niepełnosprawnością wiąże się z szeregiem trudności, które należy pokonać. Osoby z niepełnosprawnością mogą skorzystać z wielu form pomocy oferowanej w ramach polskiego systemu wsparcia. W niniejszym rozdziale przedstawiamy niektóre z nich.

FORMY WSPARCIA



Orzeczenie o niepełnosprawności



Wsparcie w zakresie zdrowotnym



Pomoc socjalna i finansowa



Pomoc w podjęciu zatrudnienia



ORZECZENIE O NIEPEŁNOSPRAWNOŚCI

PROCES WYDAWANIA ORZECZENIA O NIEPEŁNOSPRAWNOŚCI



Złożenie wniosku:

- osoba zainteresowana składa wniosek wraz z niezbędnymi załącznikami,
- wniosek składa się w powiatowym/miejskim zespole ds. orzekania o niepełnosprawności właściwym dla miejsca stałego pobytu wnioskodawcy.

Miejsce stałego pobytu:

- miejscem stałego pobytu jest lokalizacja, gdzie wnioskodawca zamieszkuje pod stałym adresem,
- wymagane jest, aby wnioskodawca zamieszkiwał pod danym adresem z zamiarem stałego przebywania.

Udział w posiedzeniu:

- wnioskodawca bierze udział w posiedzeniu składu orzekającego,
- niestawienie się wnioskodawcy na posiedzeniu może skutkować brakiem rozpatrzenia sprawy.

Szybka odpowiedź:

- wniosek powinien być rozpatrzony nie później niż w ciągu miesiąca od daty jego złożenia.

Orzeczenie określa stopień niepełnosprawności. Komisja może ustalić jeden z trzech stopni niepełnosprawności:

- znaczny,
- umiarkowany,
- lekki.

Stopień niepełnosprawności osoby zainteresowanej orzeka się na czas określony lub na stałe. Decyduje ocena możliwości poprawy funkcjonowania osoby zainteresowanej.

Orzeczenie o stopniu niepełnosprawności wydaje się osobie, która ukończyła 16. rok życia.

Jeżeli orzeczenie wydane przez zespół nie spełnia oczekiwań wnioskodawcy, powinien on w ciągu 14 dni od dnia doręczenia orzeczenia złożyć odwołanie do wojewódzkiego

zespołu ds. orzekania o niepełnosprawności za pośrednictwem powiatowego zespołu, który wydał orzeczenie. Jeśli osoba nie zgadza się z orzeczeniem wydanym przez zespół wojewódzki, może odwołać się do sądu pracy i ubezpieczeń społecznych jako organu odwoławczego.

Orzeczenie o niepełnosprawności pozwala na:
- określenie statusu osoby nim dysponującej jako osoby niepełnosprawnej w sensie prawnym,
- korzystanie z szeregu uprawnień przysługujących osobie niepełnosprawnej.

Uprawnienia wynikające z posiadania orzeczenia dotyczą następujących obszarów:
- ZDROWOTNEGO – osoba z niepełnosprawnością może uzyskać dofinansowanie zaopatrzenia w przedmioty ortopedyczne i środki pomocnicze ułatwiające jej funkcjonowanie oraz dofinansowanie do turnusu rehabilitacyjnego;
- SPOŁECZNEGO/ZAWODOWEGO – osoba z niepełnosprawnością może uczestniczyć w terapii zajęciowej realizowanej w ramach warsztatów terapii zajęciowej oraz w zakładach aktywności zawodowej;
- SOCJALNEGO – obejmuje świadczenia dla osób z niepełnosprawnością, usługi socjalne, opiekuńcze, terapeutyczne i rehabilitacyjne, udzielane przez instytucje pomocy społecznej; także uprawnienia do zasiłku pielęgnacyjnego i innych świadczeń rodzinnych (np. dodatków do zasiłku rodzinnego związanych z niepełnosprawnością) oraz do zasiłku stałego z pomocy społecznej;
- FINANSOWEGO – obejmuje ulgi w podatkach (ulga rehabilitacyjna PIT), zniżki w komunikacji, zwolnienie z opłat radiowo-telewizyjnych (abonamentu);
- ZAWODOWEGO – osoba z niepełnosprawnością może zdobyć odpowiednie zatrudnienie, uczestniczyć w szkoleniach, korzystać ze ściśle określonych przywilejów pracowniczych (m.in.: prawa do dodatkowego urlopu wypoczynkowego, dłuższej przerwy w pracy, krótszego wymiaru czasu pracy); może także uzyskać wsparcie dla działalności gospodarczej lub rolniczej;
- INNYCH – takich jak: karta parkingowa, uprawnienie do pierwszeństwa dla osób z niepełnosprawnością.



W przypadku ustalenia dla danej osoby znacznego lub umiarkowanego stopnia niepełnosprawności nie jest wykluczone zatrudnienie tej osoby u pracodawcy, który nie zapewnia warunków pracy chronionej. Jest to możliwe w następujących przypadkach:
1) przystosowania przez pracodawcę stanowiska pracy do potrzeb osoby z niepełnosprawnością;
2) wykonywania przez tę osobę pracy zdalnej.
Kontrolę w zakresie spełniania warunków zatrudnienia przeprowadza Państwowa Inspekcja Pracy.

Osoby posiadające ważne orzeczenia o zaliczeniu do jednej z grup niepełnosprawności lub niezdolności do pracy w gospodarstwie rolnym mogą złożyć do zespołu ds. orzekania o niepełnosprawności wniosek o ustalenie stopnia niepełnosprawności i wskazań dla celów korzystania z ulg i uprawnień na podstawie odrębnych przepisów. Decyzje zespołu w tym zakresie nie podlegają odwołaniu.

Legitymacja osoby niepełnosprawnej

Potwierdzeniem posiadania orzeczenia jest legitymacja osoby niepełnosprawnej. Organem uprawnionym do jej wydania jest starosta. Legitymacja zawiera między innymi datę ważności

oraz symbol przyczyny niepełnosprawności wpisywany do legitymacji na wniosek osoby zainteresowanej lub przedstawiciela ustawowego tej osoby.





Podstawą wydania legitymacji jest orzeczenie o niepełnosprawności.

<u>Orzeczenia organów orzecznictwa rentowego:</u>
- Zakładu Ubezpieczeń Społecznych,
- Kasy Rolniczego Ubezpieczenia Społecznego,
- Ministerstwa Obrony Narodowej,
- Ministerstwa Spraw Wewnętrznych i Administracji

nie stanowią podstawy do wydania legitymacji.

Przydatny link:
System Obsługi Wsparcia (SOW): https://sow.pfron.org.pl

<u>Od stycznia 2023 roku w całej Polsce można składać wnioski online o dofinansowanie:</u>
- uczestnictwa w turnusach rehabilitacyjnych,
- zakupu przedmiotów ortopedycznych i środków pomocniczych,
- likwidacji barier technicznych, architektonicznych i komunikacyjnych.

Wnioski należy składać w Systemie Obsługi Wsparcia (SOW), działającym w ramach platformy internetowej przygotowanej przez PFRON.



SOW to nowoczesna platforma, za pomocą której osoby z niepełnosprawnością mogą elektronicznie składać wnioski o wsparcie finansowane przez PFRON, dystrybuowane przez jednostki samorządu terytorialnego.
W Polsce wszystkie powiaty korzystają z Systemu Obsługi Wsparcia.



WSPARCIE W ZAKRESIE ZWIĄZANYM ZE ZDROWIEM



PRZEDMIOTY ORTOPEDYCZNE I ŚRODKI POMOCNICZE

Przedmioty ortopedyczne to przyrządy niezbędne do samodzielnego funkcjonowania osoby z niepełnosprawnością, np. protezy, kule, wózek inwalidzki.

Środki pomocnicze to przedmioty, które w znacznym stopniu ułatwiają funkcjonowanie osoby z niepełnosprawnością w środowisku społecznym lub to funkcjonowanie wręcz umożliwiają, np. pomoce optyczne dla niedowidzących, aparaty słuchowe, cewniki.

Zaopatrzenie w ww. sprzęt i środki może być dofinansowane z:

- Narodowego Funduszu Zdrowia,
- Państwowego Funduszu Rehabilitacji Osób Niepełnosprawnych.





Jeżeli cena sprzętu jest wyższa niż limit dofinansowania z Narodowego Funduszu Zdrowia, osoba wnioskująca o dofinansowanie musi sama pokryć różnicę z własnych środków.



Gdy potrzebny jest wkład własny, a nie masz możliwości jego wniesienia, możesz wnioskować o wsparcie finansowe do Państwowego Funduszu Rehabilitacji Osób Niepełnosprawnych. Wniosek należy złożyć za pośrednictwem odpowiedniego dla miejsca zamieszkania Powiatowego Centrum Pomocy Rodzinie.



Jak uzyskać dofinansowanie z Państwowego Funduszu Rehabilitacji Osób Niepełnosprawnych?

I. Wniosek o dofinansowanie jest składany za pośrednictwem:
   - Miejskiego Ośrodka Pomocy Społecznej /Powiatowego Centrum Pomocy Społecznej,
   - portalu SOW (System Obsługi Wsparcia finansowanego ze środków Państwowego Funduszu Rehabilitacji Osób Niepełnosprawnych): https://sow.pfron.org.pl/
II. Wysokość dofinansowania na zaopatrzenie w sprzęt ortopedyczny i środki pomocnicze wynosi:
   - do 100% udziału własnego osoby niepełnosprawnej wyznaczonego w limicie Narodowego Funduszu Zdrowia,
   - do 150% sumy kwoty limitu wyznaczonego przez Narodowy Fundusz Zdrowia oraz wkładu własnego osoby niepełnosprawnej, jeżeli cena zakupu jest wyższa niż limit ustalony w rozporządzeniu ministra zdrowia.
III. Dofinansowanie jest uzależnione od dochodów, czyli przeciętnego miesięcznego dochodu podzielonego przez liczbę osób pozostających we wspólnym gospodarstwie domowym, obliczonego za kwartał poprzedzający miesiąc złożenia wniosku, i nie przekracza kwoty:
   - 50% przeciętnego wynagrodzenia na osobę we wspólnym gospodarstwie domowym;
   - 65% przeciętnego wynagrodzenia w przypadku osoby samotnej.

WARSZTAT TERAPII ZAJĘCIOWEJ ORAZ ZAKŁAD AKTYWNOŚCI ZAWODOWEJ

Warsztat terapii zajęciowej (WTZ) to miejsce rehabilitacji leczniczej, społecznej i zawodowej przeznaczone dla osób z umiarkowanym lub znacznym stopniem niepełnosprawności. Udział w warsztatach pomaga tym osobom odzyskać umiejętności osobiste i zawodowe.

Uczestnikami **warsztatów terapii zajęciowej (WTZ)** mogą być osoby, które w orzeczeniu o stopniu niepełnosprawności mają zawarte wskazanie do udziału w terapii zajęciowej. Warsztat terapii zajęciowej jest placówką wsparcia dziennego, a czas trwania zajęć wynosi nie więcej niż 7 godzin dziennie i 35 godzin tygodniowo. Uczestnictwo w zajęciach organizowanych przez warsztat jest bezpłatne.

Zasadniczą formą rehabilitacji osób z niepełnosprawnością jest terapia zajęciowa, w ramach której taka osoba:

- usprawnia się, tak aby mogła wykonywać czynności życia codziennego (np. zadbać higienę osobistą, ubrać się, przygotować sobie posiłek itp.);
- nabywa kompetencji społecznych, tak aby była gotowa do życia w środowisku społecznym;
- rozwija podstawowe i specjalistyczne umiejętności zawodowe, które umożliwią jej późniejsze podjęcie zatrudnienia w zakładzie aktywności zawodowej lub innej pracy zarobkowej.

Działalność warsztatów terapii zajęciowej nadzorowana jest przez Powiatowe Centra Pomocy Rodzinie oraz Państwowy Fundusz Rehabilitacji Osób Niepełnosprawnych.

Zakład aktywności zawodowej (ZAZ)

Zakład aktywności zawodowej jest formą wsparcia na rynku pracy przeznaczoną dla osób ze znacznym i umiarkowanym stopniem niepełnosprawności. Uczestnikami mogą być osoby, które w orzeczeniu o stopniu niepełnosprawności mają zawarte wskazanie do uczestnictwa w zakładzie aktywności zawodowej.

Zakład aktywności zawodowej jest wyodrębnioną organizacyjnie i finansowo jednostką oferującą:

- rehabilitację leczniczą,
- rehabilitację społeczną,

- rehabilitację zawodową,
- możliwość podjęcia zatrudnienia w ramach rynku pracy.

Uczestnicy zakładu aktywności zawodowej otrzymują dodatkowe uprawnienia, takie jak:
- skrócony czas pracy,
- dodatkowe przerwy w pracy,
- opieka medyczna,
- poradnictwo i usługi rehabilitacyjne,
- dostępna architektonicznie baza lokalowa (bez barier),
- zakładowy fundusz aktywności zawodowej.

Podmiotami uprawnionymi do utworzenia zakładu aktywności zawodowej są:
- jednostki samorządu terytorialnego (JST),
- podmioty ekonomii społecznej, których statutowym zadaniem jest rehabilitacja zawodowa i społeczna osób z niepełnosprawnością.



TURNUS REHABILITACYJNY

Turnus rehabilitacyjny to zorganizowana forma aktywnej rehabilitacji połączonej z elementami wypoczynku, której celem jest ogólna poprawa sprawności psychofizycznej uczestników oraz rozwijanie ich umiejętności społecznych.

- ✓ Czas trwania turnusu to co najmniej 14 dni.
- ✓ Grupy liczą minimum 20 uczestników.
- ✓ Turnusy organizowane są jedynie na terenie kraju.
- ✓ Występują różne rodzaje turnusów: usprawniająco-rekreacyjny, rekreacyjno-sportowy i sportowy, szkoleniowy, psychoterapeutyczny, rozwijający zainteresowania i uzdolnienia, nauki niezależnego funkcjonowania z niepełnosprawnością.

Osoby z niepełnosprawnością kierowane są do udziału w turnusie na wniosek lekarza, pod opieką którego się znajdują. Jeśli lekarz dodatkowo zaznaczy i uzasadni we wniosku, że osoba z niepełnosprawnością potrzebuje opiekuna, można starać się także o dofinansowanie dla opiekuna.

O dofinansowanie do turnusu rehabilitacyjnego można ubiegać się tylko raz w roku kalendarzowym. Uczestnictwo w turnusie rehabilitacyjnym jest płatne. Ceny turnusów są ustalane przez organizatorów. **Osoby z niepełnosprawnością mogą wystąpić o dofinansowanie ze środków pochodzących z Państwowego Funduszu Rehabilitacji Osób Niepełnosprawnych**. Wysokość dofinansowania jest zależna przede wszystkim od dochodów i stopnia niepełnosprawności.

Wniosek w sprawie dofinansowania można złożyć:
- osobiście w powiatowym centrum pomocy rodzinie właściwym dla miejsca zamieszkania,
- przez Internet za pośrednictwem Systemu Obsługi Wsparcia (SOW: https://sow.pfron.org.pl/).

Przydatny link:
https://empatia.mpips.gov.pl/ a także na stronie: https://www.turnusy.rehabilitacyjne.pl/



POMOC SOCJALNA I FINANSOWA

Osobom z niepełnosprawnością oraz ich opiekunom przysługują różnego rodzaju dofinansowania. Poniżej przedstawiamy niektóre z nich.



Renta z tytułu niezdolności do pracy

O rentę z tytułu niezdolności do pracy mogą starać się osoby, które straciły możliwość wykonywania pracy zarobkowej z powodu stanu zdrowia i które posiadają wymagane okresy składkowe i nieskładkowe oraz nie są uprawnione do emerytury. Wniosek należy złożyć w Zakładzie Ubezpieczeń Społecznych. Można zrobić to osobiście, przesłać dokument za pośrednictwem poczty tradycyjnej lub w formie elektronicznej, używając konta na ZUS PUE.



Zasiłek pielęgnacyjny

Zasiłek pielęgnacyjny jest wypłacany w celu częściowego pokrycia wydatków związanych z koniecznością zapewnienia opieki i pomocy innej osoby w związku z niezdolnością do samodzielnej egzystencji.

Obecnie zasiłek pielęgnacyjny wynosi 215,84 zł miesięcznie.



Dodatek pielęgnacyjny

Dodatek pielęgnacyjny przysługuje osobie, która:

- ma orzeczoną całkowitą niezdolność do pracy oraz do samodzielnej egzystencji lub
- ukończyła 75. rok życia.

Wysokość dodatku pielęgnacyjnego od 1 marca 2023 roku wynosi 294,39 zł.



Zasiłek i dodatek pielęgnacyjny to dwa różne świadczenia.

Zasiłku pielęgnacyjnego nie otrzymają osoby uprawnione do pobierania dodatku pielęgnacyjnego.



„500 +" dla osób z niepełnosprawnością

Świadczenie uzupełniające, zwane potocznie „500+", to dodatkowa pomoc dla osób niezdolnych do samodzielnej egzystencji. Wsparcie może uzyskać osoba niezdolna do samodzielnej egzystencji, a status taki zostaje stwierdzony jednym z niżej wymienionych dokumentów:

- orzeczeniem o całkowitej niezdolności do pracy i niezdolności do samodzielnej egzystencji,
- orzeczeniem o niezdolności do samodzielnej egzystencji.

Aby otrzymać świadczenie uzupełniające, osoba niepełnosprawna nie może pobierać świadczeń finansowanych ze środków publicznych w łącznej wysokości przekraczającej 1600 zł brutto. W kwocie tej należy uwzględnić sumę świadczeń wypłacanych przez zagraniczne instytucje właściwe ds. emerytalno-rentowych, a także trzeba pamiętać o ustawowych wyłączeniach.



Renta socjalna

Renta socjalna to pomoc, którą mogą otrzymać osoby całkowicie niezdolne do pracy, o ile:

- ukończyły 18. rok życia;
- stały się niezdolne do pracy:
- przed ukończeniem 18. roku życia;
    - w czasie nauki w szkole lub na uczelni wyższej – zanim ukończyły 25 lat;
    - w czasie nauki w szkole doktorskiej, podczas studiów doktoranckich lub aspirantury naukowej.

Aby otrzymać taki rodzaj świadczenia dla osób z niepełnosprawnością, konieczne jest **złożenie w Zakładzie Ubezpieczeń Społecznych wniosku o rentę socjalną** wraz z odpowiednimi załącznikami.

Renta socjalna w 2023 roku wynosi 1588,44 zł.



Świadczenie pielęgnacyjne

Świadczenie pielęgnacyjne jest jednym z typów świadczeń opiekuńczych. Ta forma wsparcia przysługuje osobom, które zrezygnowały z zatrudnienia czy innej pracy zarobkowej celem sprawowania opieki nad osobą z niepełnosprawnością.

<u>Dotyczy to sytuacji, kiedy niepełnosprawność osoby wymagającej opieki powstała:</u>

- przed uzyskaniem pełnoletności;
- przed ukończeniem 25. roku życia, ale podczas nauki w szkole lub szkole wyższej (konieczne jest potwierdzenie pobierania nauki odpowiednim oświadczeniem wnioskodawcy).

Opiekun powinien złożyć w ośrodku pomocy społecznej wniosek o ustalenie prawa do świadczenia pielęgnacyjnego.

<u>Aby otrzymać świadczenie, osoba z niepełnosprawnością musi dysponować:</u>

- legitymacją z orzeczeniem o znacznym stopniu niepełnosprawności,
- wskazaniem do stałej opieki,
- zaleceniem ciągłego uczestnictwa w leczeniu, rehabilitacji, edukacji.

Wysokość świadczenia pielęgnacyjnego od marca 2023 roku wynosi 2458,00 zł.



Jeżeli jako wnioskujący masz jednocześnie prawo do różnych świadczeń, np.: zasiłku rodzicielskiego, pielęgnacyjnego, specjalnego zasiłku opiekuńczego, zasiłku dla opiekuna – przysługuje Ci tylko jedna z form pomocy finansowej. Decyzję, które ze świadczeń będzie wypłacane, podejmujesz osobiście.



Nowe świadczenie wspierające dla osób z niepełnosprawnością

Od 2024 roku planowane jest wprowadzenie nowego świadczenia, które ma wynieść maksymalnie 3176,88 zł. Z tego rozwiązania będą mogły skorzystać osoby z niepełnosprawnością, bez względu na wiek i osiągany dochód. Wsparcie będzie przysługiwać niezależnie od innych form pomocy – osoby, które mają prawo do renty socjalnej, nadal będą mogły ją pobierać. Opiekunowie osób

z niepełnosprawnością będą mogli – poza pobieranym świadczeniem pielęgnacyjnym – podjąć zatrudnienie w celu uzyskania dodatkowych dochodów.



POMOC W ZAKRESIE UZYSKANIA PRACY



POWIATOWE / MIEJSKIE URZĘDY PRACY

Osoba z niepełnosprawnością, zarejestrowana w urzędzie pracy jako bezrobotna lub poszukująca pracy niepozostająca w zatrudnieniu, może skorzystać z następujących form pomocy:

- poradnictwa zawodowego, polegającego na udzieleniu wsparcia w wyborze odpowiedniego zawodu i miejsca zatrudnienia, informacji o zawodach, rynku pracy oraz możliwościach w zakresie przeszkolenia;
- szkoleń zawodowych, których celem jest zwiększenie szans na uzyskanie zatrudnienia oraz podwyższenie posiadanych kwalifikacji zawodowych;
- pośrednictwa pracy, polegającego na udzielaniu pomocy w uzyskaniu odpowiedniego zatrudnienia;
- usług EURES, polegających na pomocy w uzyskaniu odpowiedniego zatrudnienia zgodnie z prawem swobodnego przepływu pracowników w Unii Europejskiej.

W urzędzie pracy można również skorzystać z takich form wsparcia jak:

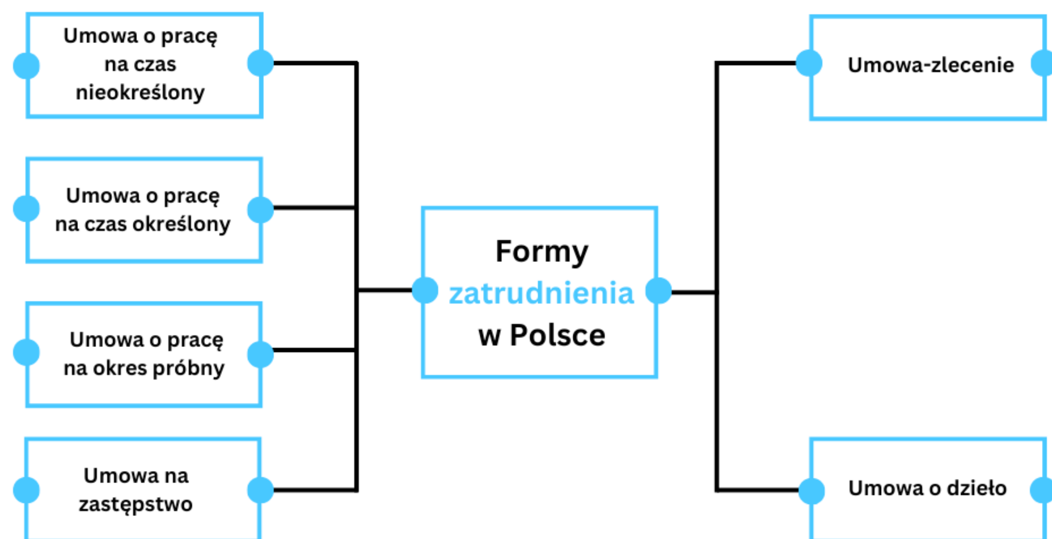
- staż zawodowy, który polega na nabywaniu umiejętności praktycznych niezbędnych do wykonywania pracy bez nawiązania stosunku pracy pomiędzy pracodawcą a bezrobotnym;
- przygotowanie zawodowe dorosłych – to instrument aktywizacji w formie praktycznej nauki zawodu dorosłych lub przyuczenia do pracy dorosłych;
- zatrudnienie w ramach robót publicznych, wykonywanie prac organizowanych przez powiaty;
- jednorazowe środki na podjęcie działalności gospodarczej;
- zwrot kosztów badań lekarskich lub psychologicznych;
- refundacja kosztów przejazdu;
- refundacja kosztów zakwaterowania;
- przygotowanie zawodowe dorosłych;
- dofinansowanie do studiów podyplomowych;
- bony dla bezrobotnych w wieku do 30. roku życia (bon na zasiedlenie, stażowy i szkoleniowy).

Prawne aspekty zatrudnienia osób z niepełnosprawnością

W Polsce występują różne formy zatrudnienia, w tym zatrudnienie na podstawie:

a) Kodeksu pracy, który jest podstawowym źródłem prawa pracy; zgodnie z jego przepisami zawierane są różnego rodzaju umowy o pracę (m.in. umowa o pracę na czas nieokreślony, umowa o pracę na czas określony, umowa o pracę na okres próbny);

b) Kodeksu cywilnego, który reguluje stosunki cywilnoprawne między osobami fizycznymi i osobami prawnymi; zgodnie z jego przepisami zawiera się m.in. umowę-zlecenie i umowę o dzieło.



Najkorzystniejszą formą zatrudnienia dla pracownika jest umowa o pracę. W przypadku tej umowy – oprócz uprawnień pracowniczych, które wynikają z Kodeksu pracy – osoby z niepełnosprawnością mają dodatkowe uprawnienia, które wynikają z Ustawy o rehabilitacji zawodowej i społecznej oraz zatrudnianiu osób niepełnosprawnych. Kluczowe znaczenie dla możliwości skorzystania z dodatkowych uprawnień pracowniczych ma posiadanie orzeczenia o stopniu niepełnosprawności.

Orzeczenie o stopniu niepełnosprawności oraz orzeczenia równoważne:

Punktem wyjścia dla rozważań o prawnych aspektach zatrudnienia osób z niepełnosprawnością jest kwestia posiadania przez daną osobę orzeczenia o stopniu niepełnosprawności lub orzeczenia równoważnego. Poniżej zamieszczony został schemat równoważnych orzeczeń o niepełnosprawności.

Schemat równoważnych orzeczeń o niepełnosprawności

Stopnie niepełnosprawności orzekane przez powiatowe/miejskie lub wojewódzkie zespoły ds. o niepełnosprawności	Orzeczenia wydawane przez lekarza orzecznika Zakładu Ubezpieczeń Społecznych	Orzeczenia rentowe dla rolników KRUS
Lekki stopień niepełnosprawności	Częściowa niezdolność do pracy	Stała lub długotrwała niezdolność do pracy w gospodarstwie rolnym połączona z prawem do zasiłku pielęgnacyjnego
Umiarkowany stopień niepełnosprawności	Całkowita niezdolność do pracy	Brak odpowiednika
Znaczny stopień niepełnosprawności	Całkowita niezdolność do pracy i samodzielnej egzystencji	Stała lub długotrwała niezdolność do pracy w gospodarstwie rolnym bez prawa do zasiłku pielęgnacyjnego

Uprawnienia pracowników legitymujących się orzeczeniem o stopniu niepełnosprawności

Rozdział trzeci stanowi kontynuację rozdziału drugiego w zakresie omówienia aspektów prawnych. Ma on na celu zaprezentowanie szerokiego spektrum programu „Aktywny samorząd". Z tej części poradnika dowiesz się, jak uzyskać dofinansowanie do rehabilitacji lub sprzętu pomocniczego. Poruszone zostaną kwestie dodatkowego urlopu. Odpowiemy też na pytanie, czy pracując zdalnie, musisz sam zapewnić sobie odpowiedni sprzęt.

Czas pracy osoby z niepełnosprawnością

Bez względu na posiadany stopień niepełnosprawności czas pracy osoby z niepełnosprawnością nie może przekraczać 8 godzin na dobę i 40 godzin tygodniowo. Czas pracy osoby z niepełnosprawnością zaliczonej do **znacznego lub umiarkowanego stopnia niepełnosprawności** nie może przekraczać **7 godzin na dobę i 35 godzin tygodniowo**.

Stosowanie skróconych norm czasu pracy nie powoduje obniżenia wysokości wynagrodzenia wypłacanego w stałej miesięcznej wysokości. Pracodawca może rozłożyć czas pracy pracowników z niepełnosprawnością na dowolne dni, ale z zachowaniem zasady 5-dniowego tygodnia pracy. Dodatkowo obowiązuje zakaz zatrudniania osób z niepełnosprawnością w godzinach nadliczbowych i w porze nocnej.



Podane normy czasu pracy oraz zakaz pracy w nocy i w godzinach nadliczbowych nie obowiązują:
- osób zatrudnionych przy pilnowaniu,
- w sytuacji, gdy na wniosek osoby zatrudnionej lekarz wyrazi stosowną zgodę.

Jeżeli Twój dobowy wymiar czasu pracy wynosi co najmniej 6 godzin, **masz prawo do przerwy w pracy trwającej co najmniej 15 minut**, wliczanej do czasu pracy.

Jako osoba z niepełnosprawnością **masz prawo do dodatkowej przerwy na gimnastykę** usprawniającą lub wypoczynek w wymiarze 15 minut (łącznie 30 minut).

Jeżeli jesteś osobą, która otrzymywała wynagrodzenie w stałej miesięcznej stawce i przedstawiła orzeczenie o znacznym lub umiarkowanym stopniu niepełnosprawności, **przysługuje Ci wynagrodzenie w dotychczasowej wysokości**. Krótszy wymiar czasu pracy nie oznacza zmniejszenia etatu. Siedmiogodzinnego dnia pracy nie należy rozumieć jako 7/8 etatu, lecz jako pełny etat.



Dodatkowy wypoczynek

Zgodnie z Kodeksem pracy wymiar urlopu zależy od stażu pracy i wynosi:

1) **20 dni** – jeżeli pracownik jest zatrudniony krócej niż 10 lat;
2) **26 dni** – jeżeli pracownik jest zatrudniony co najmniej 10 lat.

W przypadku gdy będziesz zatrudniony w niepełnym wymiarze czasu pracy, pracodawca ustali liczbę dni urlopu proporcjonalnie do Twojego wymiaru czasu pracy.

Jeżeli jesteś osobą zaliczoną do znacznego lub umiarkowanego stopnia niepełnosprawności, przysługuje Ci prawo do dodatkowego urlopu w wymiarze 10 dni roboczych w roku kalendarzowym. Oznacza to, że Twój urlop wypoczynkowy zwiększa się z 20 dni do 30 dni lub odpowiednio z 26 dni do 36 dni. Prawo do pierwszego urlopu dodatkowego nabędziesz po przepracowaniu jednego roku po dniu zaliczenia Cię do jednego z podanych stopni niepełnosprawności. **Dodatkowy urlop niewykorzystany w danym roku kalendarzowym przechodzi na rok następny**, tak samo jak urlop podstawowy.

Możliwość skorzystania z turnusu rehabilitacyjnego oraz dodatkowe uprawnienia

Osoba zaliczona do znacznego lub umiarkowanego stopnia niepełnosprawności ma prawo do dodatkowego zwolnienia od pracy z zachowaniem prawa do wynagrodzenia. Wynagrodzenie za czas zwolnień od pracy oblicza się jak ekwiwalent pieniężny za urlop wypoczynkowy. Prawo takie przysługuje w dwóch sytuacjach:

a) Pierwsza z nich to uczestniczenie w turnusie rehabilitacyjnym. Na tej podstawie możesz uzyskać zwolnienie od pracy w wymiarze do 21 dni roboczych, jednak nie częściej niż raz w roku. Aby skorzystać z turnusu, musisz uzyskać od lekarza sprawującego opiekę wniosek o skierowanie, a następnie przedstawić je pracodawcy w terminie umożliwiającym zapewnienie normalnego toku pracy w zakładzie. Podstawą do wypłacenia Ci wynagrodzenia za czas zwolnienia od pracy w związku z pobytem na turnusie jest przedłożenie dokumentu potwierdzającego Twój pobyt (np. faktury). Za czas zwolnienia otrzymasz wynagrodzenie obliczone w taki sam sposób, jak ekwiwalent pieniężny za urlop wypoczynkowy.

b) Druga sytuacja uprawniająca do dodatkowego zwolnienia od pracy to **wykonanie badań specjalistycznych, zabiegów leczniczych lub usprawniających**. Zalicza się tutaj także konieczność zaopatrzenia w sprzęt ortopedyczny lub potrzebę jego naprawy, jeżeli czynności tych nie możesz wykonać poza godzinami pracy.

Zgodnie z przepisami nie może dojść do kumulacji nieobecności w pracy z powodu korzystania z dodatkowego urlopu oraz zwolnienia od pracy w celu uczestniczenia w turnusie rehabilitacyjnym. Łączny wymiar urlopu dodatkowego i zwolnienia od pracy w celu uczestniczenia w turnusie nie może przekroczyć 21 dni roboczych w roku kalendarzowym.

„Aktywny samorząd" jako szczególne wsparcie dla osób z niepełnosprawnością






Na szczególną uwagę zasługuje finansowany przez PFRON program „Aktywny samorząd", którego głównym celem jest wyeliminowanie lub zmniejszenie barier ograniczających uczestnictwo osób z niepełnosprawnością w życiu społecznym, zawodowym i w dostępie do edukacji.

„Aktywny samorząd" skierowany jest do osób z niepełnosprawnością ubiegających się o wsparcie na zakup sprzętu czy edukację.

Program składa się z dwóch modułów:

a) Pierwszy moduł dotyczy: likwidacji bariery transportowej, barier w dostępie do uczestniczenia w społeczeństwie informacyjnym, w poruszaniu się oraz udzielenia pomocy w utrzymaniu aktywności zawodowej poprzez zapewnienie opieki dla osoby zależnej.
b) Drugi moduł skupia się na wsparciu osób z niepełnosprawnością, które chcą uzyskać wykształcenie na poziomie wyższym.

Przydatne linki:
https://www.pfron.org.pl/aktualnosci/szczegoly-aktualnosci/news/aktywny-samorzad-w-2023-roku/
https://portal-sow.pfron.org.pl/opencms/export/sites/pfron-sow/sow/

Aby skorzystać ze wsparcia w ramach programu, należy złożyć odpowiedni wniosek. Możesz to zrobić na dwa sposoby:

1. składając wniosek w formie papierowej we właściwej instytucji MOPR/MOPS/PCPR (w zależności od Twojego miejsca zamieszkania)

lub

2. przesyłając wniosek w wersji elektronicznej za pośrednictwem systemu SOW (System Obsługi Wsparcia finansowanego ze środków PFRON).

Uwaga! Osoby zainteresowane uzyskaniem wsparcia mogą korzystać w systemie SOW z różnych form pomocy w zakresie złożenia wniosku: kreatora ułatwiającego aplikowanie o środki, infolinii, a także mobilnego asystenta osoby niepełnosprawnej oraz pracownika PFRON w punktach informacyjnych SOW, zlokalizowanych we wszystkich wojewódzkich oddziałach PFRON.

Poniżej przedstawiamy kilka wybranych form wsparcia przewidzianych w ramach programu „Aktywny samorząd":

1. dofinansowanie do zakupu oprzyrządowania samochodu dla osób z dysfunkcją narządu ruchu

Przedmiotem dofinansowania jest pomoc w zakupie i montażu oprzyrządowania do posiadanego samochodu. Dofinansowanie obejmuje każdy sprzęt i urządzenie, które ułatwiają kierowanie samochodem lub przewóz osoby niepełnosprawnej. Pamiętaj, aby we wniosku dokładnie opisać i uzasadnić, jakie oprzyrządowanie jest Ci niezbędne i dlaczego. Dofinansowanie przewidziane jest dla osób, które mają problemy w poruszaniu się i przemieszczaniu, a w ich orzeczeniu o niepełnosprawności widnieje symbol 05-R. Wsparcie adresowane jest do osób z orzeczeniem o niepełnosprawności do 16. roku życia lub osób ze znacznym lub umiarkowanym stopniem niepełnosprawności z dysfunkcją narządu ruchu.

Maksymalna kwota dofinansowania: 70 000 zł

2. dofinansowanie do zakupu oprzyrządowania samochodu dla osób z dysfunkcją narządu słuchu

Oprzyrządowanie samochodu dla osób z dysfunkcją narządu słuchu obejmuje dostosowane do indywidualnych potrzeb związanych z rodzajem niepełnosprawności wnioskodawcy wyposażenie/technologie, sprzęty i urządzenia montowane fabrycznie lub dodatkowo w samochodzie, a także inne np. mobilne sprzęty i urządzenia (a także technologie i oprogramowanie), które umożliwiają użytkowanie samochodu przez osobę niepełnosprawną z dysfunkcją słuchu, w tym wspomagające poprawną komunikację z osobą niesłyszącą (komunikator, tablet ze specjalnym oprogramowaniem), sygnalizatory i aplikacje, z wyłączeniem aparatów słuchowych. Pomoc adresowana jest do osób ze znacznym lub umiarkowanym stopniem niepełnosprawności z dysfunkcją narządu słuchu.

Maksymalna kwota dofinansowania: 4400 zł

3. dofinansowanie do uzyskania prawa jazdy

Przedmiotem dofinansowania jest pomoc w uzyskaniu prawa jazdy. Wsparcie w tym zakresie obejmuje koszty kursu, egzaminów (w tym opłaty z nimi związane) oraz przykładowo: jazdy doszkalające, szkolenie uzupełniające. Jeśli wybrałeś kurs poza miejscowością zamieszkania, przewiduje się dodatek na: zakwaterowanie, wyżywienie i dojazd w okresie trwania kursu.

Z dofinansowania może skorzystać każdy, kto:

- ma znaczny lub umiarkowany stopień niepełnosprawności oraz
- dysfunkcję narządu ruchu lub dysfunkcję narządu słuchu w stopniu wymagającym korzystania z usług tłumacza języka migowego;
- jest w wieku aktywności zawodowej (kobiety w wieku do 60 lat i mężczyźni w wieku do 65 lat).

Maksymalna kwota dofinansowania: 5280 zł

4. Dofinansowanie do zakupu sprzętu elektronicznego lub jego elementów oraz oprogramowania

Dofinansowanie obejmuje co do zasady każdy sprzęt i urządzenie, które ułatwią Ci dostęp do informacji. Warunek to współpraca tego urządzenia z komputerem. Zakup komputera również objęty jest dofinansowaniem.

Głównym kryterium uznania kwalifikowalności danego kosztu są indywidualne i specyficzne dla danego rodzaju dysfunkcji potrzeby związane z rehabilitacją zawodową i społeczną beneficjenta. Realizator programu każdorazowo i indywidualnie ocenia, czy dany przedmiot dofinansowania proponowany przez wnioskodawcę spełnia warunki określone w definicji. Istotnym narzędziem wspomagającym ten proces są odpowiednio szczegółowe uzasadnienia zakupu określonych elementów sprzętu i oprogramowania przedstawiane przez wnioskodawców.

Z dofinansowania może skorzystać każdy, kto:

- posiada znaczny stopień niepełnosprawności lub orzeczenie o niepełnosprawności oraz dysfunkcję obu kończyn górnych lub narządu wzroku,
- jest w wieku do lat 18 lub w wieku aktywności zawodowej lub jest zatrudniony.

Maksymalna kwota dofinansowania wynosi:

- dla osoby niewidomej – 26 500 zł, z czego na urządzenia brajlowskie – 16 500 zł,
- dla pozostałych osób z dysfunkcją narządu wzroku i znacznym stopniem niepełnosprawności lub orzeczeniem o niepełnosprawności – 10 000 zł,
- dla osoby z dysfunkcją narządu wzroku i umiarkowanym stopniem niepełnosprawności – 10 000 zł,
- dla osoby z dysfunkcją narządu słuchu i znacznym lub umiarkowanym stopniem niepełnosprawności – 6000 zł.

5. dofinansowanie do udziału w szkoleniach komputerowych

Z dofinansowania może skorzystać każdy, kto otrzymał dofinansowanie w ramach obszaru B programu „Aktywny samorząd", czyli uzyskał pomoc w zakupie sprzętu elektronicznego lub jego elementów oraz oprogramowania.

Maksymalna kwota dofinansowania to:

- dla osoby głuchoniewidomej – 4400 zł,
- dla osoby z dysfunkcją narządu słuchu – 3300 zł,
- dla pozostałych adresatów obszaru – 2200 zł.

6. dofinansowanie do zakupu wózka inwalidzkiego o napędzie elektrycznym

Przedmiotem dofinansowania jest pomoc w zakupie **wózka inwalidzkiego o napędzie elektrycznym**, wyposażonego w napęd elektryczny i akumulatory. Wózek taki – wraz z wyposażeniem, także dodatkowym – jest przeznaczony do przemieszczania się głównie wewnątrz pomieszczeń, ale także na zewnątrz. Wózek poprawia lub utrzymuje wydolność osoby niepełnosprawnej ruchowo w zakresie mobilności użytecznej w czynnościach codziennych i samoobsłudze, a także w zakresie uczestniczenia społecznego (w szczególności w edukacji, wykonywaniu pracy zarobkowej).

Z dofinansowania może skorzystać każdy, kto:

- posiada znaczny stopień niepełnosprawności lub orzeczenie o niepełnosprawności,

- jest w wieku do 18 lat lub wieku aktywności zawodowej lub jest zatrudniony,
- posiada dysfunkcje uniemożliwiające samodzielne poruszanie się za pomocą wózka inwalidzkiego o napędzie ręcznym.

Kwota przewidziana dofinansowaniem to 17 600 zł z możliwością jej zwiększenia do kwoty rekomendowanej przez eksperta PFRON, jednak nieprzekraczającej 27 500 zł.

Ponadto przełomowym programem realizowanym przez PFRON jest program „Samodzielność – Aktywność – Mobilność!". Jego celem jest wzrost niezależności beneficjentów oraz ułatwienie im aktywności społecznej lub zawodowej poprzez zapewnienie dostępu do korzystania z samochodu osobowego.

Dofinansowanie jest kierowane do osób z niepełnosprawnością, które nie mogą poruszać się bez użycia wózka inwalidzkiego i posiadają ważne orzeczenie o znacznym stopniu niepełnosprawności.

Jeśli będziesz się starać o dofinansowanie do zakupu samochodu dostosowanego do prowadzenia przez osobę z niepełnosprawnością w roli kierowcy, możesz uzyskać **nawet 80% dofinansowania przy kwocie zakupu do 150 000 zł**. Jeśli natomiast będziesz wnioskować o dofinansowanie do samochodu dostosowanego do podróży osoby z niepełnosprawnością w roli pasażera, możesz uzyskać nawet 85% dofinansowania przy kwocie zakupu do 130 000 zł.

Przydatne linki:
https://www.pfron.org.pl/aktualnosci/szczegoly-aktualnosci/news/uzyskaj-dofinansowanie-do-zakupu-samochodu-osobowego/

Elastyczne formy zatrudnienia

W dniu 7 kwietnia 2023 roku weszły w życie nowe przepisy regulujące pracę zdalną. Jednocześnie uchylono przepisy dotyczące telepracy i wprowadzono definicję pracy zdalnej.

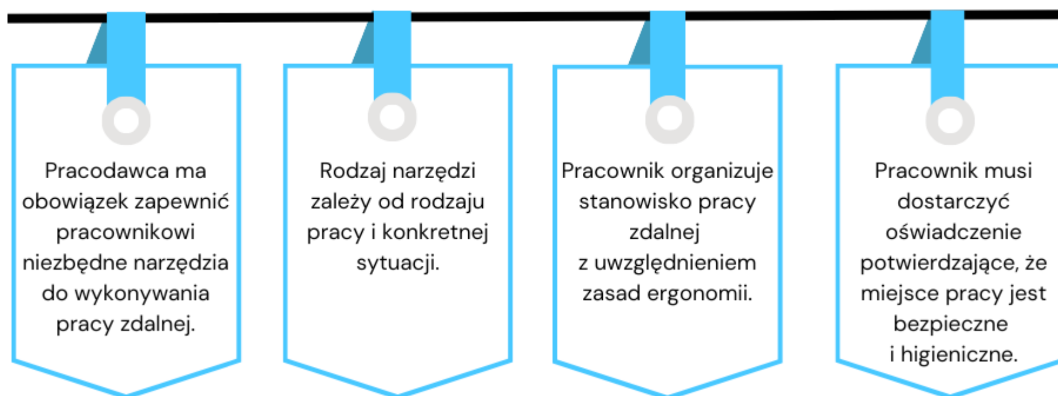


Zgodnie z art. 6718 Kodeksu pracy: **Praca zdalna** może być wykonywana całkowicie lub częściowo w miejscu wskazanym przez pracownika i każdorazowo uzgodnionym z pracodawcą, w tym pod adresem zamieszkania pracownika, w szczególności z wykorzystaniem środków bezpośredniego porozumiewania się na odległość.

Tryb wykonywania pracy zdalnej wymaga uzgodnienia między stronami umowy o pracę, co może nastąpić:

- przy zawieraniu umowy o pracę,
- w trakcie zatrudnienia.

Jeżeli uzgodnienie ma miejsce w trakcie zatrudnienia, może nastąpić z inicjatywy pracodawcy albo na wniosek pracownika, złożony w wersji papierowej lub elektronicznej. Jest to wyjątek do art. 29 § 4 Kodeksu pracy, zgodnie z którym zmiana warunków umowy o pracę wymaga formy pisemnej.



Obowiązkiem pracodawcy jest zapewnienie pracownikowi narzędzi niezbędnych do wykonywania pracy. Kwestia rodzaju narzędzi, które pracodawca musi zapewnić pracownikom wykonującym pracę w trybie zdalnym, zależy od konkretnej sytuacji i rodzaju pracy. Należy podkreślić, że zgodnie z art. 6731 § 8 Kodeksu pracy to pracownik organizuje stanowisko pracy zdalnej, uwzględniając wymagania ergonomii. Pracownik może przystąpić do wykonywania pracy zdalnej wyłącznie w sytuacji, gdy złoży oświadczenie potwierdzające, że na stanowisku w miejscu pracy wskazanym przez pracownika i uzgodnionym z pracodawcą są zapewnione bezpieczne i higieniczne warunki tej pracy.

Za niezbędne materiały i narzędzia pracy należy uznać sprzęt techniczny i materiały związane z wypełnianiem obowiązków służbowych na konkretnym stanowisku, czyli przede wszystkim: komputer, dostęp do Internetu, papier do wydruków, służbowy telefon. W przypadku braku możliwości zapewnienia narzędzi pracownik i pracodawca mogą ustalić zasady wykorzystywania przez pracownika materiałów i narzędzi pracy, w tym urządzeń technicznych niezbędnych do wykonywania pracy zdalnej, niezapewnionych przez pracodawcę, spełniających wymagania techniczne. W takiej sytuacji pracownikowi wykonującemu pracę zdalną przysługiwał będzie ekwiwalent pieniężny w wysokości ustalonej z pracodawcą.

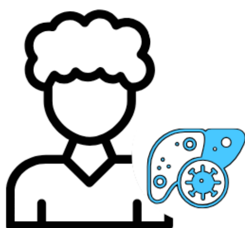
Praca zdalna otwiera niewątpliwie nowe możliwości dla osób z niepełnosprawnością. Rozwiązanie to niesie szczególne korzyści dla osób z chorobami narządu ruchu. Z uwagi na bariery architektoniczne, brak możliwości dostosowania miejsca pracy i trudności związane z dojazdem do miejsca zatrudnienia praca zdalna jest często jedyną możliwością wykonywania pracy przez osoby z niepełnosprawnością. Regulacje dotyczące pracy zdalnej i upowszechnienie się tego trybu zatrudnienia sprawia, że rynek pracy staje się bardziej dostępny dla osób z niepełnosprawnością.

Inspirujące przykłady zatrudnionych osób z niepełnosprawnością

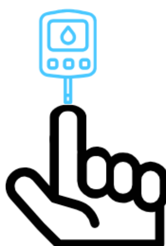
W ostatniej części naszego poradnika chcielibyśmy przedstawić kilka spośród historii wielu osób, które mimo ograniczeń zdrowotnych pracują zawodowo i realizują swoje zawodowe marzenia. Są to historie oparte na doświadczeniach pracowników z różnymi rodzajami niepełnosprawności. Tymi pracownikami są osoby, które nie poddały się i znalazły zatrudnienie.

Cukrzyca w niczym mi nie przeszkadza

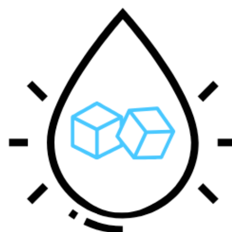
Charakterystyka cukrzycy



Cukrzyca to przewlekłe schorzenie, którego przyczyną jest zaburzenie produkcji insuliny przez komórki beta trzustki.



Zbyt mała ilość insuliny w organizmie powoduje zwiększenie stężenia glukozy we krwi (hiperglikemię).



Hiperglikemia może prowadzić do wielu poważnych powikłań, takich jak uszkodzenie nerek, oczu, nerwów, serca i naczyń krwionośnych.

Uzasadnienie ograniczeń zawodowych wynika z możliwości wystąpienia epizodu hipoglikemii i związanych z nią zaburzeń świadomości, a także możliwości rozwoju choroby i późnych powikłań cukrzycy upośledzających zdolność do wykonywania danej pracy. Osoby chore na cukrzycę, których aktualny stan zdrowia określa się jako stabilny, mogą podjąć zatrudnienie przy zastosowaniu się do odpowiednich zaleceń.



Do zawo dów, w przypadku których trzeba szczególnie wziąć pod uwagę fakt chorowania przez pracownika na cukrzycę, należą te związane z bezpieczeństwem publicznym. Wśród nich możemy wymienić:

- profesje polegające na zawodowym kierowaniu pojazdami (przewozy pasażerskie),
- zawody szczególnie niebezpieczne (praca na wysokościach, przy maszynach w ruchu, przy piecach, w wysokiej temperaturze, w spalarniach, hutach, w górnictwie, w miejscach o dużym natężeniu ruchu i innych związanych z wysokim ryzykiem wypadku).



Historia pani Tamary

Jestem **specjalistą ds. turystyki** i końcem czerwca 2023 roku rozpoczęłam pracę, która stanowi dla mnie nową przygodę.

Do moich obowiązków należy m.in.:

- mailowa obsługa klienta,
- przygotowywanie wycieczek dla klientów,
- sprzedaż,
- kontakt z kontrahentami,
- porządkowanie dokumentacji,
- analiza sytuacji rynkowej.

Ukończyłam studia na kierunku turystyka i rekreacja. **Myślę, że praca w biurze podróży jest dla mnie idealna.** Mogę pomóc klientom wybrać odpowiednie destynacje oraz wykazać się wiedzą zdobytą na studiach czy podczas własnych podróży. Wcześniej nie miałam okazji pracować w biurze podróży, dlatego teraz jestem pewna swojego wyboru.

Uważam też, **że moje kwalifikacje i doświadczenie zawodowe zostały odpowiednio docenione w procesie rekrutacji**. Pracodawca skupił się na pytaniach dotyczących mojej edukacji, wiedzy teoretycznej, doświadczenia czy pasji do podróży. **Nie odrzucił mojej kandydatury pomimo towarzyszącej mi niepełnosprawności.** Choruję już od jakiegoś czasu. Wielu pracodawców nadal nie posiada pełnej świadomości, co oznacza **„osoba z niepełnosprawnością”**. Często pracodawcy nie wiedzą, na czym polega posiadanie orzeczenia o niepełnosprawności. Jednak nigdy nie czułam się z tego powodu wykluczona. Wystarczy rozmowa. W przypadku ostatniej rekrutacji **wytłumaczyłam pracodawcy, na czym polega moja niepełnosprawność**. Pracodawca zapytał, czy czegoś potrzebuję w miejscu pracy; starał się, by niczego mi nie brakowało w związku z niepełnosprawnością oraz abym dobrze się czuła w zespole. Nigdy wprost nie usłyszałam od rekrutera, że odrzucił moją kandydaturę ze względu na niepełnosprawność, choć pewnie tak było, bo byłam na wielu rozmowach.

Pracowałam na różnych stanowiskach. Zawsze trafiałam na bardzo wyrozumiałych ludzi. Jeśli potrzebowałam dodatkowej przerwy, mogłam z niej skorzystać, lub gdy miałam gorsze samopoczucie, zawsze słyszałam: „Jak się czujesz?” albo „Czy już się lepiej czujesz?”. **Współpracownicy interesowali się moim stanem zdrowia i pomagali mi, gdy była taka potrzeba.** Nigdy nie spotkałam się z jakimś rodzajem dyskryminacji.

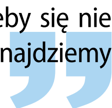
Cieszę się, że znalazłam zatrudnienie. Jestem osobą, która nie potrafi usiedzieć w miejscu. Aktywnie poszukiwałam nowej pracy. Tak natrafiłam na **Fundację Fuga Mundi**, co dało mi nowe możliwości. Przede wszystkim otrzymałam możliwość wzięcia udziału w kursie, który wiele mnie nauczył.

Według mnie **brakuje szkoleń i kursów ogólnodostępnych**, nie tylko dla osób z niepełnosprawnością. Każdy powinien mieć możliwość poszerzenia wiedzy czy zainteresowań. Brakuje zwłaszcza darmowej edukacji, gdyż osoby z niepełnosprawnością często muszą wydawać znaczną część zarobków na leki bądź rehabilitację.

Myślę, że **społeczeństwo jest bardzo wyrozumiałe dla osób z niepełnosprawnością**, lecz nie ma wystarczającej świadomości. Na podstawie własnego doświadczenia przekonałam się, że wiele osób nie wie, na czym polega dana niepełnosprawność. Poza tym na każdym stanowisku, na którym pracowałam, równocześnie ze mną nie pracowała żadna inna osoba z niepełnosprawnością.

Uważam, że można poprawić świadomość społeczeństwa poprzez akcje społeczne, np. reklamy, pikniki. Równie ważne jest **zwiększanie świadomości w firmach, aby każdy pracodawca oraz współpracownicy wiedzieli, na czym polega dana niepełnosprawność**.

Pani Tamara – zapytana, co radziłaby innym w takiej samej sytuacji – odpowiada, żeby się nie poddawać. Im bardziej się zaangażujemy, tym większe prawdopodobieństwo, że znajdziemy wymarzoną pracę.



Tester oprogramowania z zespołem Aspergera

Zespół Aspergera jest zaburzeniem ze spektrum autyzmu, który charakteryzuje się powtarzającymi się układami cech, zachowań i zdolności występujących w obszarze umiejętności społecznych. Główne kliniczne objawy zespołu Aspergera, które mogą, lecz nie muszą występować w każdym przypadku, to:

- brak empatii,
- pedantyczna, repetytywna mowa,
- naiwny, nieadekwatny do sytuacji, jednostronny typ interakcji,
- bardzo uboga komunikacja pozawerbalna,
- głębokie zafascynowanie pewnymi tematami.



Specyfika, różnorodność oraz stopień intensywności występowania poszczególnych cech mogą kwalifikować lub nie osobę z tym schorzeniem do wykonywania danej pracy. Istnieje jednak podział na grupy, które wyróżniają się pod względem posiadania określonych cech.



Zawody , które mogą być nieodpowiednie dla niektórych osób z zespołem Aspergera, to takie, które wymagają:

- wysokorozwiniętych umiejętności organizacyjnych,
- wykonywania wielu czynności naraz,
- częstych interakcji społecznych.



Historia pana Maćka

Od roku pracuję jako tester oprogramowania na podstawie umowy o pracę.

Do moich obowiązków należy m.in.:

- wykrywanie błędów oprogramowania firmy,
- sprawdzanie, czy nowe funkcje tego oprogramowania działają poprawnie i czy nie psują innych funkcji,
- składanie cotygodniowych raportów o postępach, naprawionych błędach oraz o przetestowanych funkcjach aplikacji.

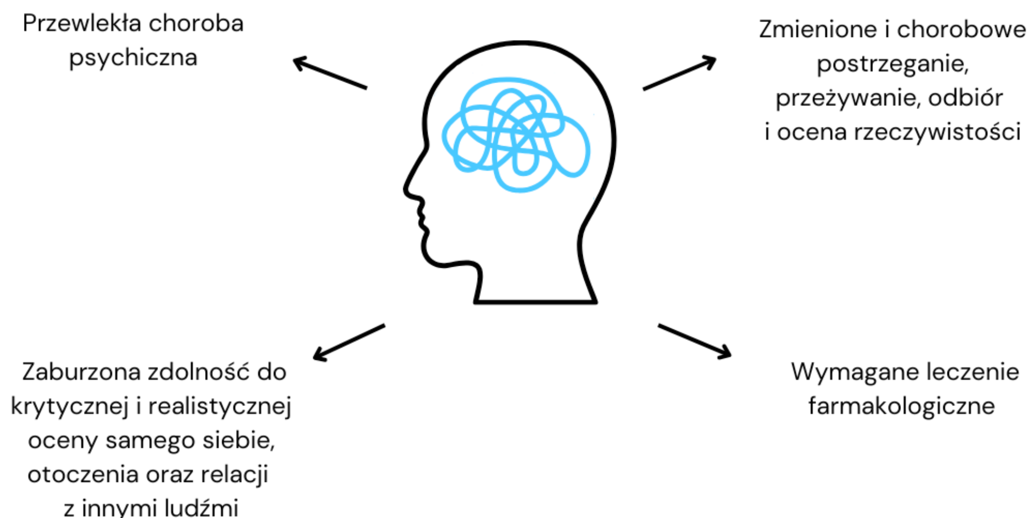
Przy poszukiwaniu zatrudnienia w większości przypadków towarzyszył mi duży stres i krótki czas wykonania zadania na rozmowie kwalifikacyjnej. Natomiast w przypadku rekrutacji w firmie, w której obecnie pracuję, rozmowa kwalifikacyjna trwała około 10 minut, ale pytania zadawane w tej rozmowie dotyczyły głównie mojej niepełnosprawności oraz samej pracy testera. **Myślę, że wybrałem odpowiednią dla siebie pracę**, która jest zgodna z moimi preferencjami zawodowymi i zainteresowaniami. Gdybym miał jeszcze raz wybierać, byłaby to również praca związana z testowaniem, ewentualnie z programowaniem. W obecnej pracy szczególnie doceniam możliwość wykonywania moich obowiązków z domu.

Początkowo szukanie pracy sprawiało mi dużo problemów, głównie ze względu na wygórowane wymagania firm, związane z dużym doświadczeniem zawodowym. Źle to wpływało na moje samopoczucie. Kiedy dostałem propozycję pracy w firmie, która nie miała zbyt wygórowanych wymagań i w czasie rozmowy interesowała się moją niepełnosprawnością, czułem się usatysfakcjonowany.

Brałem udział w projekcie stażowym organizowanym przez Fundację Fuga Mundi, wspierającą osoby z niepełnosprawnością w poszukiwaniu pracy. Myślę, że to wpłynęło na wzrost moich szans na zatrudnienie. Rekruterzy z firmy, w której pracuję, sami do mnie zadzwonili po tym, jak moje CV zostało im udostępnione.

W miejscu pracy nigdy nie spotkałem się z dyskryminacją związaną z moją niepełnosprawnością. Uważam jednak, że powinny być szkolenia dla pracodawców, które przedstawiłyby problemy, z jakimi się zmagają osoby z niepełnosprawnością, oraz atuty (np. w przypadku osób z Zespołem Aspergera), które można wykorzystać w pracy. W Polsce jest za mało fundacji, które znają i rozumieją potrzeby takich ludzi jak ja. Uważam, że osoby mające to samo zaburzenie, co ja – Zespół Aspergera – powinny szukać pomocy w fundacjach, które rozumieją ich potrzeby i pomogą im znaleźć pracę.

Życie ze schizofrenią



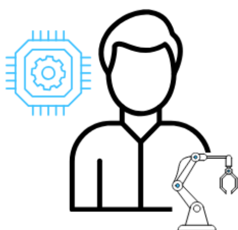
Jak wygląda kwestia zdolności do pracy osoby cierpiącej na schizofrenię? Otóż należy podkreślić, że osoba schizofreniczna, która otrzymuje odpowiednie leczenie, prawdopodobnie **nie będzie stanowiła zagrożenia dla swojego otoczenia**. Specjaliści psychologii podkreślają, że ponad połowa jednostek dotkniętych tym schorzeniem byłaby w stanie podjąć pracę zawodową i osiągać w niej sukcesy. Co więcej, często wśród schizofreników wyróżnia się **osoby posiadające ponadprzeciętną inteligencję oraz wysokie umiejętności analityczne**, zarówno w dziedzinach naukowych, jak i artystycznych. Osoby takie często osiągają wysokie wyniki w toku zdobywania wyższego wykształcenia i mogą odgrywać istotną rolę w akademickich kręgach naukowych.



Ze względu na częste trudności schizofreników z utrzymaniem długotrwałej koncentracji oraz zapamiętywaniem osoby dotknięte schizofrenią powinny unikać stanowisk pracy takich jak:

- pilot,
- zawodowy kierowca,
- operator dźwigu.

Istnieje wiele ścieżek zawodowych, które mogą być odpowiednie dla osób ze zdiagnozowaną schizofrenią. Należy do nich praca: **ochroniarza, wykładowcy, artysty, pracownika biurowego czy analityka**.



Rozmawiamy z panem Krzysztofem

Posiadam umowę o pracę na czas nieokreślony, pracuję od ponad roku. **Zajmuję się programowaniem systemów mechatronicznych.**

Zanim znalazłem obecną pracę, przeszedłem kilka rozmów kwalifikacyjnych w różnych firmach związanych z branżą, w której pracuję teraz. Odnoszę wrażenie – chociaż nikt mi tego nie powiedział wprost – że w dwóch przypadkach podziękowano mi ze względu na posiadaną niepełnosprawność. Inaczej to wyglądało w obecnej firmie; tam informacja o mojej niepełnosprawności nikogo nie zszokowała, **bardziej skupiono się na moich kwalifikacjach i posiadanej wiedzy**. To one przede wszystkim zostały docenione. Czasem miewam momenty, które mnie przytłaczają, ze względu na świadomość, że na tym stanowisku brakuje perspektyw do rozwoju. **Doceniam jednak poczucie bezpieczeństwa, które daje stałe zatrudnienie.** Myślę, że gdybym miał ponownie wybierać, mój wybór oscylowałby wokół tego samego obszaru.

Samo poszukiwanie pracy było mocno frustrujące i stresujące. Każda rozmowa kwalifikacyjna dawała mi nadzieję, a jej negatywny wynik dostarczał wielu emocji. Jednak finalnie, kiedy już dostałem szansę na obecnym stanowisku, czuję, że to przez moją determinację i zaangażowanie wyszedłem z tego kryzysu.

Jak wcześniej wspominałem, mam wrażenie, że w niektórych firmach odrzucono moją kandydaturę właśnie z powodu niepełnosprawności, jednak udało mi się znaleźć firmę, która nie kieruje się stereotypami. **Nie spotkałem się z żadnym rodzajem dyskryminacji w moim miejscu pracy**, choć wolę, żeby moi współpracownicy nie wiedzieli o moim schorzeniu.

Szczerze mówiąc, uważam, że zawdzięczam wiele mojej pani psycholog, która w bardzo życzliwy i ludzki sposób prowadziła moją terapię. Dzięki niej **poczułem się zdeterminowany i wystarczająco zmotywowany, aby podjąć wszelkie działania**. Dowiadywałem się, z jakich dostępnych form wsparcia mogę skorzystać, między innymi zarejestrowałem się w urzędzie pracy oraz w **Agencji Zatrudnienia Fundacji Fuga Mundi**.

Uważam, że istnieje potrzeba poprawy świadomości i zrozumienia społecznego dla osób z niepełnosprawnością w naszym społeczeństwie. Moim zdaniem brakuje wiedzy na temat różnych niepełnosprawności. **Osobiście nie czuję się komfortowo, aby ujawniać swoje schorzenie, ze względu na strach przed dyskryminacją.** Daję się poznać jako osoba i dopiero, kiedy komuś zaufam, jestem w stanie o tym poinformować.

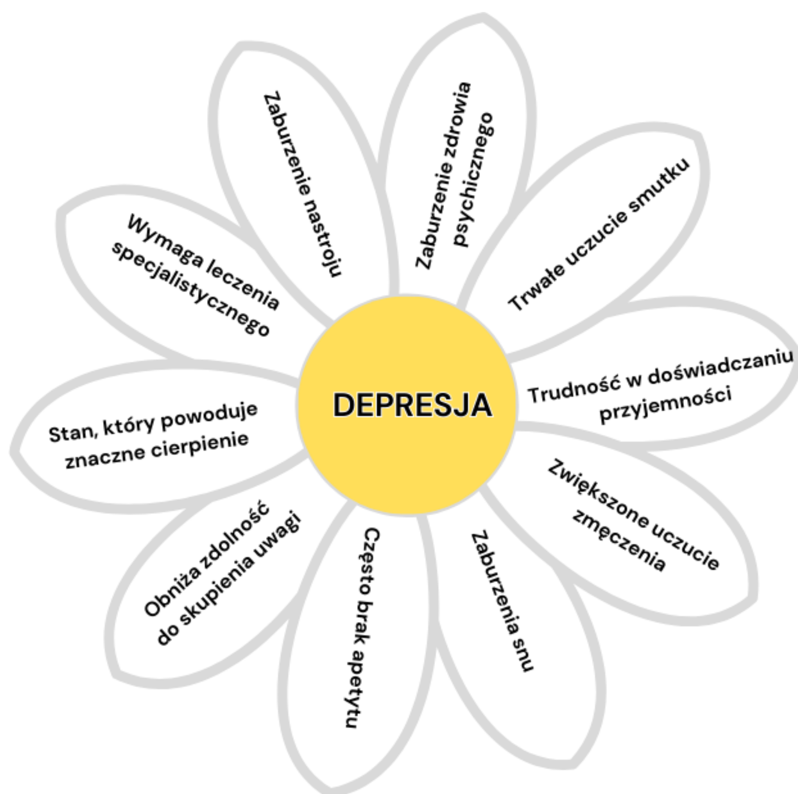
Firma, w której pracuję, jest otwarta na zatrudnianie osób z niepełnosprawnością, o czym świadczy mój przykład. Jednak nie mam takiej wiedzy, czy wszyscy moi współpracownicy mają świadomość mojej choroby, nie licząc działu kadr. Ja również nie wiem o innych osobach z niepełnosprawnością w mojej firmie.

Rada dla wszystkich, którzy są jeszcze na początku swojej drogi do zatrudnienia: Działać! Korzystać z form wsparcia! Sama świadomość, że coś robimy w tym kierunku, daje nadzieję i tak

jak w moim przypadku może być traktowane jak praca. Czułem się zobowiązany do tego, żeby rano wstać, wykonać kilka telefonów, wysłać maila, przygotować się do rozmowy kwalifikacyjnej itd. Oczywiście dodatkową motywacją była chęć otrzymania stałego źródła zarobkowania. Jednak trzeba wierzyć również we własną wartość i nie poddawać się chorobie.



Pokonała depresję i odniosła sukces zawodowy



Obecnie depresja jest jednym z najczęściej diagnozowanych zaburzeń psychicznych – według Światowej Organizacji Zdrowia (WHO) na całym globie może być nią dotkniętych nawet **ponad 260 milionów osób**. Ze względu na jej rozpowszechnienie naukowcy z różnych dziedzin skupiają się na poszukiwaniu bardziej efektywnych metod leczenia oraz analizują, jakie czynniki dokładnie wpływają na jej występowanie.

Osoby chorujące na depresję powinny dobrze rozważyć podjęcie zatrudnienia, jeśli:

- obowiązki osoby zatrudnionej będą wiązały się z dużą presją czasową,
- praca wykonywana będzie w konfliktowych lub napiętych sytuacjach,
- obowiązki związane będą z dużą odpowiedzialnością,
- praca będzie wykonywana w środowisku z dużą ilością bodźców,
- do zadań osoby zatrudnionej będą należeć fizyczne czynności wymagające wysiłku.



Rozmawiamy z panią Izą



Jestem pracownikiem biurowym od dwóch miesięcy. Wcześniej pracowałam jako copywriter. Posiadam umowę stażową.

Zajmuję się:

- skanowaniem,
- kopiowaniem,
- segregowaniem,
- niszczeniem dokumentów.

Przez jakiś czas pracowałam jako copywriter, bo tylko na taką pracę mogłam się zdecydować jako osoba niepełnosprawna. Zatrudnienia szukałam głównie w Internecie. Po stracie pracy na umowę o dzieło, trudno było mi znaleźć kolejne miejsce zatrudnienia. Dopiero w tym roku wzięłam udział w procesie rekrutacji organizowanym przez fundację zajmującą się szukaniem pracy dla osób z niepełnosprawnością. Po kilkumiesięcznym okresie oczekiwania dostałam pracę jako pracownik biurowy. **Uważam, że moje kwalifikacje edukacyjne i doświadczenie zawodowe zostały odpowiednio docenione w procesie rekrutacji. Posiadam doktorat z teologii moralnej**, a pracę dostałam w kurii lubelskiej, mogę więc pracować w znanym sobie środowisku w biurze. Tak więc **praca, którą wykonuję, jest zgodna z moimi preferencjami zawodowymi i zainteresowaniami**.

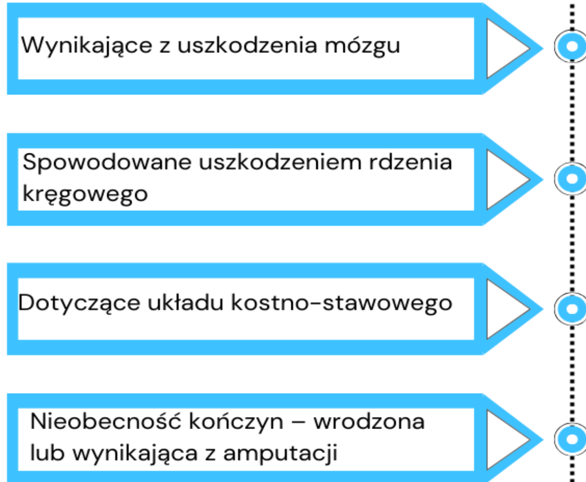
W okresie, gdy nie mogłam znaleźć pracy, moje doświadczenia przy poszukiwaniu zatrudnienia wpływały na mnie negatywnie i pogłębiały depresję. W tym roku jestem usatysfakcjonowana podjętymi działaniami. Miałam trudności ze znalezieniem pracy w momencie, kiedy zaczęłam chorować, ze względu na to, że moja choroba była nieprzewidywalna. Po postawieniu odpowiedniej diagnozy i wprowadzeniu dobrze dobranych leków te trudności zniknęły. **Nie spotkałam się z żadną dyskryminacją.** W tym roku brałam udział w szkoleniu. Korzystałam z pomocy agencji zatrudnienia dla osób z niepełnosprawnością. W moim odczuciu edukacja dostępna dla osób z niepełnosprawnością stoi na dobrym poziomie. Z moich doświadczeń wynika, że istnieje wystarczająca świadomość i zrozumienie społeczne dla osób z niepełnosprawnością. Nie zauważyłam żadnych obszarów, w których potrzebne byłyby zmiany. Wydaje mi się, że bardzo ważne jest, aby być pod opieką lekarza w trakcie szukania pracy i mieć dobrze dobrane leki.



Historia prawnika ze schorzeniem narządu ruchu

Niepełnosprawność ruchowa to stan osoby, której zdolności motoryczne ciała są ograniczone ze względu na czynniki wpływające na strukturę ciała i funkcjonowanie jego elementów. Niezdolność ruchowa może wynikać z różnych uszkodzeń kończyn, chorób czy urazów.

PODSTAWOWE GRUPY NIEPEŁNOSPRAWNOŚCI RUCHOWYCH



Osoby dotknięte niepełnosprawnością ruchową są wyjątkowo zróżnicowaną grupą – od jednostek z niewielkimi ograniczeniami, które potrafią poruszać się samodzielnie i funkcjonować w codziennym życiu, aż po osoby wymagające pomocy innych ze względu na całkowity brak sprawności.



Główne przeciwskazania utrudniające podjęcie zatrudnienia to praca wymagająca:

- ciężkiego wysiłku fizycznego,
- długotrwałego stania lub siedzenia,
- dźwigania ciężkich przedmiotów,
- częstego przemieszczania się oraz
- bariery architektoniczne w miejscu pracy (np. brak windy, wysokie progi).



Historia pani Klaudii

Pracuję na stanowisku aplikanta radcowskiego od 1 kwietnia 2022 roku.

- Sporządzam pisma procesowe w sprawach frankowych.
- Kontaktuję się z klientami e-mailowo i telefonicznie.
- Uczestniczę w szkoleniach dotyczących spraw frankowych oraz systemu, na którym pracuje kancelaria.

Obecnie jestem zatrudniona na podstawie umowy o pracę na okres próbny. Mam raczej pozytywne doświadczenia dotyczące rekrutacji i procesu poszukiwania pracy. Całkiem szybko znalazłam zatrudnienie i to w młodym zespole, w którym wszystkiego uczą. Uważam, że **moje kwalifikacje edukacyjne i doświadczenie zawodowe zostały odpowiednio docenione w procesie rekrutacji**, ale jestem świadoma, że jeszcze dużo wyzwań przede mną. Moja **praca jest jak najbardziej zgodna z osobistymi preferencjami zawodowymi**. Z moimi zainteresowaniami – obecnie średnio. Bardziej interesuję się innymi dziedzinami prawa, ale może z czasem to się zmieni. Jestem osobą początkującą w sprawach frankowych, ale ta dziedzina wydaje się interesująca.

Praca na stanowisku prawnika spełnia moje oczekiwania, jest dopasowana do mojego typu osobowości, uczy organizacji pracy, wielozadaniowości, podzielności uwagi, a kwestie prawnicze przydają się w życiu.

Proces poszukiwania zatrudnienia na pewno pomógł mi nabrać doświadczenia w rozmowach kwalifikacyjnych, w rozeznaniu na rynku w pracy, podniesieniu poziomu pewności siebie itp.

Myślę, że dzięki mojemu zaangażowaniu dostałam się na aplikację radcowską, co było poprzedzone kilkumiesięczną nauką do egzaminu wstępnego. Po studiach byłam na dwóch stażach dla osób z niepełnosprawnością (pierwszy unijny, a drugi współfinansowany ze środków z Państwowego Funduszu Rehabilitacji Osób Niepełnosprawnych). Staram się, aby nie było przerw w zatrudnieniu, dlatego decyduję się na staże. Odbyłam też dwa kursy – na pracownika biurowego, a drugi dotyczył ochrony danych osobowych. **Korzystałam również z dodatków motywacyjnych.**

Jeśli chodzi o edukację dostępną dla osób z niepełnosprawnością, mam o niej bardzo pozytywne zdanie. **Będąc na studiach, korzystałam kilkukrotnie z dofinansowania z PFRON-u** – na pokrycie kosztów kształcenia oraz zakup komputera. Ponadto od października planuję rozpocząć studia podyplomowe, związane oczywiście z prawem. **Przysługuje mi dofinansowanie do czesnego oraz na pokrycie kosztów kształcenia.** Jednak ubolewam nad tym, że takie dofinansowanie nie obejmuje opłat za aplikację radcowską.

Według mnie istnieje wystarczająca świadomość i zrozumienie społeczne dla osób z niepełnosprawnością, ale to moje osobiste doświadczenie. Moja niepełnosprawność nie jest szczególnie widoczna i nie przeszkadza mi bardzo w pracy. Inaczej jest w przypadku problemów zdrowotnych innych osób niepełnosprawnych. Na pewno **warto zatrudnić osobę z niepełnosprawnością, bo może być ona dobrym pracownikiem**. Ponadto firma, zatrudniając taką osobę, może mieć z tego tytułu benefity finansowe (po spełnieniu pewnych warunków).

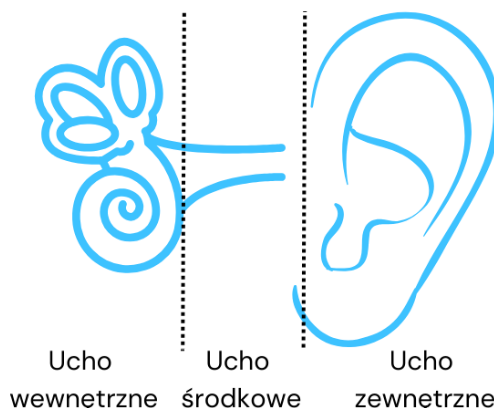
Moje przesłanie dla innych: **Trzeba próbować i nie zrażać się łatwo**. Każdy jakoś zaczynał. Początki często nie są łatwe, ale z czasem jest coraz lepiej. Wypracowałam sobie już w liceum „technikę" i „sposoby", więc radzę sobie w pracy biurowej pomimo niesprawnej prawej ręki. Studia to jedno, a doświadczenie i praktyczne umiejętności, które zdobywa się w pracy, to osobna kwestia.



Asystentka zarządu z niedosłuchem

Niepełnosprawność narządu słuchu

Ucho to fragment odbiorczy narządu słuchu składający się z trzech części opisanych poniżej.



Zadaniem ucha jest przyjmowanie impulsów dźwiękowych i przekazywanie ich do właściwych neuronów w mózgu. Upośledzenie sprawności tego narządu może wynikać zarówno z czynników wewnętrznych, jak i zewnętrznych.

Osoby z uszkodzeniem narządu słuchu dzielą się na dwie główne grupy:

- osoby niesłyszące,
- osoby słabosłyszące.

Osoby słabosłyszące komunikują się zazwyczaj poprzez mowę, korzystając przy tym z aparatów słuchowych lub implantów ślimakowych. Niesłyszący nie są w stanie odbierać dźwięków, więc zazwyczaj do komunikacji służy im język migowy.

Pracownicy z niedosłuchem, którzy pracują na odpowiednio dostosowanych stanowiskach, wykazują lojalność i zaangażowanie w wykonywaniu swoich obowiązków. Dodatkowo charakteryzują się sumiennością i odpowiedzialnością.

Osoby słabosłyszące mają praktycznie nieograniczone możliwości w sferze zawodowej, pod warunkiem, że korzystają z właściwie dobranego aparatu słuchowego.

Historia pani Joanny

Od pięciu miesięcy / marca 2023 roku pracuję jako **asystentka zarządu w firmie informatycznej**.

Do moich obowiązków należy:

- segregacja dokumentów,
- przygotowanie niezbędnych dokumentów dla pracowników i kontrahentów firmy,
- pilnowanie, aby płatności za faktury lub wypłaty pracowników były realizowane na bieżąco,
- realizowanie pod okiem współpracownika, który jest odpowiedzialny za zakres obowiązków, comiesięcznego rozliczenia wynagrodzeń dla mentorów,
- tworzenie narzędzi w ramach platform do systematyzowania dokumentacji, analizy oraz klasyfikacji umów, wypłat i faktur.

Przed rekrutacją stresowałam się i walczyłam z różnymi myślami typu: „Czy dam radę?", „Czy się z nimi dogadam?". W trakcie rozmów z pracodawcami nie miałam żadnego problemu z porozumiewaniem się, atmosfera była luźna.

Chciałam kiedyś pójść w kierunku architektury krajobrazu, ale studia niestety nie pomogły mi dostać się na moją wymarzoną ścieżkę. Mimo to inne moje umiejętności i doświadczenia dużo mi pomogły, np. zorganizowane przez **Fundację Fuga Mundi** szkolenie pt. „Pracownik biurowy z elementami fakturowania", które rozszerzyło moje możliwości przy szukaniu pracy.

Nie miałam trudności w znalezieniu zatrudnienia, kiedy już udało mi się dostać do etapu, w którym pracodawca miał ze mną kontakt osobisty. Dzięki ciężkiej pracy na zajęciach logopedycznych i zakazowi używania języka migowego w dzieciństwie mogę teraz swobodnie rozmawiać z ludźmi. Niestety zawarta w moim CV informacja o wadzie słuchu na ogół w ogóle nie pozwalała mi się dostać do kolejnego etapu, mimo że wyraźnie zaznaczałam, że jestem osobą w pełni komunikatywną. Zabawne jest to, że w czasie spotkań częściej byłam uznawana za osobę z zagranicy niż osobę niesłyszącą.

W szkole miałam sytuację z dyskryminacją. Wychowawczyni mojej klasy przy wręczeniu świadectwa powiedziała mi, że jest zaskoczona, że zaliczyłam klasę, i przyznała, że była pewna, że

jako osoba z niepełnosprawnością nie zaliczę klasy, nawet mimo moich starań. **Natomiast w pracy nie miałam z tym kłopotu.** Przez firmę, w której pracuję, zostałam przyjęta pozytywnie, co rozwiało mój strach, problemy z akceptacją i wątpliwości. Jestem pozytywnie zaskoczona i widzę, że moim pracodawcom i współpracownikom bardzo zależy na umiejętnościach i współpracy z osobami zaangażowanymi.

Podjęłam wiele działań, aby zwiększyć swoje szanse na zatrudnienie. Gdy się dowiedziałam od mojego wujka o istnieniu **Fundacji Fuga Mundi**, postanowiłam skorzystać z pomocy, by **rozszerzyć swoje możliwości i otworzyć sobie nową drogę do kariery zawodowej**. Nabyłam też sprzęt z dofinansowań z PFRON-u, w tym mój laptop, bez którego nie byłabym w stanie w tej chwili pracować. Ponadto jeździłam na wyjazdy integracyjne, szkolenia z różnych fundacji, gdzie spotykałam wiele osób niesłyszących z Polski i z zagranicy, co pomogło mi się otworzyć.

Zauważyłam, że **edukacja dla osób z niepełnosprawnością w szkole nie różni się niczym od tej dla pełnosprawnych**. Nauczyciele często nie chcą albo nie wiedzą jak podjąć się zadania, by wykształcić takie osoby. Mimo wszystko my potrzebujemy odrobinkę więcej uwagi, niedużo. Często wystarczyłaby prezentacja w tle albo opracowanie lekcji na kartce, ale zwykle nie otrzymywałam nawet tyle, więc bez dodatkowych zajęć płatnych czy organizowanych przez różne stowarzyszenia miałabym olbrzymie problemy. Bez poświęcenia często dwukrotnie większej ilości czasu – lekcje w szkole, a później omówienie wszystkiego jeszcze raz w domu, krok po kroku, i lekcje dodatkowe – ze względu na tempo zajęć i brak możliwości wyłapania wszystkich tematów omawianych przez prowadzących nie byłabym w stanie nadążyć.

Biorąc pod uwagę sytuacje, z którymi miałam styczność, niestety społeczeństwo musi mieć świadomość, a przede wszystkim dużo cierpliwości, i **CHCIEĆ zrozumieć pewne ograniczenia u osób z niepełnosprawnością**, ale to nie znaczy, że ma nas wykluczyć ze świata pełnosprawnych. Osoby z niepełnosprawnością nigdy nie powinny wierzyć we wszystkie słyszane pozory/mity. Np. ja, jako osoba niesłysząca, nie powinnam była zdać matury za pierwszym razem lub zrobić prawa jazdy, też za pierwszym razem. Moje doświadczenia pokazały, że ludzie, którzy podobnie uważali, bardzo się mylili. Mam koleżankę, która ma dziecięce porażenie mózgowe od urodzenia i jeździ na wózku inwalidzkim. Obroniła pracę magisterską, ma dobrą posadę, niedawno założyła rodzinę. Jesteśmy ludźmi, nikt nie jest idealny, każdy ma pewien problem – nieważne, czy duży, czy mały – ale wszyscy radzimy sobie mimo trudnych sytuacji życiowych. Także nie, świadomości w społeczeństwie bardzo często nie ma. I chociaż programy, w których biorą udział osoby słyszące i niesłyszące pomagają, to przed nami długa droga.

Proszę tych, którzy nie mieli jeszcze styczności z osobami z niepełnosprawnością, by przełamali swoje obawy, że nie dadzą rady itp. Po prostu trzeba z nimi porozmawiać, ewentualnie zapytać, co można zrobić, by im pomóc.

Osobiście nie zauważam problemów w moim życiu codziennym. Także w mojej pracy nie czuję się ograniczona dzięki temu, że głównie komunikujemy się online, mailowo czy na czacie, chociaż ostatnio coraz lepiej mi idzie także telefonicznie. Jednak w czasie oglądania reklamy, np. w telewizji, przydadzą się tłumacze języka migowego lub napisy.

Chciałabym poradzić wszystkim moim przyjaciołom, żeby się nie bali i pokazali, w czym są dobrzy. Najlepiej wspomnieć w swoim CV o dysfunkcji, nie tylko słuchu. W razie chęci nawiązania kontaktu zasugerować wysyłanie SMS-ów lub e-maili. **Zawsze można też poprosić swoją bliską osobę o towarzyszenie w czasie spotkania z pracodawcą.**



Informacje o Agencji Zatrudnienia Fundacji Fuga Mundi

Fundacja Fuga Mundi jest organizacją pozarządową posiadającą statut organizacji pożytku publicznego. Została powołana w 1996 roku w Lublinie. Od samego początku jej misją było niesienie pomocy osobom z niepełnosprawnością oraz ich rodzinom i wspieranie ich w uczestniczeniu w głównym nurcie życia społecznego i gospodarczego.

Od 2004 roku prowadzimy agencję zatrudnienia, która specjalizuje się w świadczeniu usług rynku pracy dla osób z niepełnosprawnością. Agencja działa na terenie czterech województw: **lubelskiego, podkarpackiego, świętokrzyskiego i mazowieckiego**.

OFERUJEMY WSPARCIE SPECJALISTÓW, TAKICH JAK:



Doradca zawodowy



Psycholog



Pośrednik pracy



Prawnik



Trener pracy

Przy doborze stanowiska pracy bierzemy pod uwagę:

- już posiadane umiejętności,
- kwalifikacje zawodowe,
- dotychczasowe doświadczenie pracownicze.

W swojej pracy wykorzystujemy **Międzynarodową Klasyfikację Niepełnosprawności i Funkcjonowania ICF**. Oferujemy również możliwość zdobycia nowych kwalifikacji zawodowych na drodze kształcenia ustawicznego. W tym celu powołaliśmy własny ośrodek kształcenia ustawicznego. W ramach organizowanych przez naszą fundację **kursów zawodowych** corocznie zostaje przeszkolonych około 200 osób. Wszystkie kursy kończą się zewnętrznym egzaminem, który sprawdza i potwierdza umiejętności nabyte podczas procesu kształcenia ustawicznego.

Fundacja organizuje również **staże zawodowe**, podczas których nasi klienci mają możliwość nabycia umiejętności zawodowych w miejscu pracy. W trakcie stażu oraz w czasie pierwszych miesięcy zatrudnienia stażyści mogą korzystać ze wsparcia fundacji w celu efektywnego wykorzystania okresu stażu oraz pomocy w utrzymaniu zatrudnienia.

Fundacja prowadzi również **szereg innych działań związanych ze wsparciem** osób z niepełnosprawnością, ich rodzin i najbliższego otoczenia. Należą do nich:

- indywidualna i grupowa pomoc w rehabilitacji medycznej,
- projekty osobistej asystencji,
- zmiany wizerunku osób niepełnosprawnych,
- organizacja wolontariatu.

Dla osób, które wymagają większego wsparcia w uzyskaniu samodzielności społecznej, prowadzony jest Klub Integracji Społecznej.

Fundacja Fuga Mundi to przede wszystkim ludzie dla ludzi.

Kierujemy się zasadą: „Mierz wyżej, sięgaj po więcej!", bo rozwój to pokonywanie własnych ograniczeń.



Adresy przydatnych stron internetowych

Krajowy Rejestr Agencji Zatrudnienia:
https://stor.praca.gov.pl/portal/#/kraz

Wybrane portale z ofertami pracy:
https://www.olx.pl, https://www.pracuj.pl, https://www.oferty.praca.gov.pl, https://www.jober.pl, https://www.aplikuj.pl, https://www.praca.pl, https://www.infopraca.pl, https://www.gowork.pl, https://www.jobs.pl/

Państwowy Fundusz Rehabilitacji Osób Niepełnosprawnych:
https://www.pfron.org.pl/

Rejestr Biur Karier:
https://biura-karier.pracaikariera.pl/s/2262/55056-Biura-karier.htm?woj=3

Międzynarodowa Organizacja Zrzeszająca Studentów:
https://aiesec.pl/

Wykaz zakładów aktywności zawodowej:
https://luwwlublinie.bip.gov.pl/wydzial-polityki-spolecznej-rejestry/wykaz-zakladow-aktywnosci-zawodowej-w-wojewodztwie-lubelskim.html

Wykaz warsztatów terapii zajęciowej:
https://niepelnosprawni.gov.pl/art,10,warsztaty-terapii-zajeciowej

Wykaz zakładów pracy chronionej w województwie lubelskim:
https://luwwlublinie.bip.gov.pl/wydzial-polityki-spolecznej-rejestry/wykaz-zakladow-pracy-chronionej-w-wojewodztwie-lubelskim.html

Miejski Ośrodek Pomocy Rodzinie w Lublinie:
https://mopr.lublin.eu/

Powiatowe Centrum Pomocy Rodzinie w Lublinie:
http://www.lublin.naszepcpr.pl/

Rejestr domów pomocy społecznej na terenie województwa lubelskiego:
https://www.lubelskie.pl/file/2018/02/5e.Rejestr-dom%C3%B3w-pomocy-spo%C5%82ecznej-na-terenie-wojew%C3%B3dztwa-Lubelskiego.pdf

Informacje o programie „Aktywny samorząd":
https://www.pfron.org.pl/aktualnosci/szczegoly-aktualnosci/news/aktywny-samorzad-w-2023-roku/
https://portal-sow.pfron.org.pl/opencms/export/sites/pfron-sow/sow/

Szczegółowe informacje o możliwości dofinansowania do zakupu samochodu:
https://www.pfron.org.pl/aktualnosci/szczegoly-aktualnosci/news/uzyskaj-dofinansowanie-do-zakupu-samochodu-osobowego/